12 TL KKTC: 13 TL HAZİRAN 2018 SAYI: 08
LADYMAGAZINE.NET

Lady Magazine

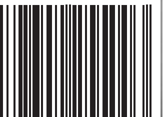
Yasmin QURESHI
BİRLEŞİK KRALLIK'TA MÜSLÜMAN KADIN MİLLETVEKİLİ

İLÜZYONA UĞRAYAN GÜZELLİK
ESTETİK HATALARI
Dr. Cansen KUT
Medikal Estetik Uzmanı

3 ADAM BABA
Gökhan TÜRKMEN
Ömer Faruk ÖZGÜL
Özgün

Fatih ÖMERCİKOĞLU
2018 TREND RENKLERİ

AFRA SARAÇOĞLU
CESUR & GÜZEL


ISSN 2602-2559
9 772602 255003



Harbiye mh. Abdi İpekçi Cd. Deniz Apt.
No: 32 D:6 Nişantaşı / İSTANBUL
0 212 996 01 00
TR @zz_zeynepkartal EN @zeynepkartalofficial
www.zzeynepkartal.com



1998'den bugüne...

"Hayatımız Çocuklarımız"



Daha da Renkleniyor

turuncu İYİLİĞİN

YARATICILIĞIN sarı

yeşil ÜRETMENİN

KARDEŞLİĞİN turkuaz

mavi GÜVENİN

KARARLILIĞIN kırmızı

rengi...

20 yıl önce bir masa ve bir sandalye ile başladığımız bu yolculukta bizi yücelten gerçek kahramanlarımıza minnettarız





"İlk görüşte aşık olabileceğimi hiç tahmin etmezdim, ta ki yaşayana kadar."
xo Elsa





VICTORIA'S SECRET

LOVE

eau de parfum

“PODYUM DİYET DİZAYN
STİL MODA
TREND SANAT GEZİ
TASARIM AJANDA
FEMİNEN ELEGAN ZARİF
KADIN. GÜZELLİK
İŞ DÜNYASI CEMİYET DAVET
ROMANTİK COOL
MARKA ALISVERİS
DEKORASYON

SAÇ & MAKYAJ
SAĞLIK SPOR YAŞAM
DEKORASYON

Lady Magazine

#08

ZZ FASHION TASARIM VE YAYINCILIK A.Ş.
ADINA İMTİYAZ SAHİBİ
ZÜLEYHA ÖZGÜL

GENEL YAYIN YÖNETMENİ
(Sorumlu)
ZÜLEYHA ÖZGÜL
zuleyhaozgul@ladymagazine.net

YAYIN DANIŞMANI
AHMET YILMAZ
ahmetyilmaz@ladymagazine.net

YAZI İŞLERİ MÜDÜRÜ
ÖZLEM COŞKUN
ozlemcoskun@ladymagazine.net

HABER MÜDÜRÜ
YILMAZ KARAKAYA
yilmazkarakaya@ladymagazine.net

GÖRSEL YÖNETMEN
TUĞÇE ERGÜN

MODA EDİTÖRÜ
TARIK GÜL

EDİTÖRLER
FATİH ÖMERCİKOĞLU
CANSEN KUT
AYŞEGÜL BAHAR
AYVAZ AKBACAK

FOTOĞRAF
ADNAN ATAR
adnan@ladymagazine.net

REKLAM GRUBU

REKLAM DİREKTÖRÜ
AHMET SUİÇMEZ
ahmetsuicmez@ladymagazine.net

ABONELİK
info@ladymagazine.net

YÖNETİM YERİ
ABDİ İPEKÇİ CAD. NO: 32 / 6
NİŞANTAŞI / ŞİŞLİ / İSTANBUL / TR

BASIM YERİ
ASK MATBAA
LİTROS YOLU 2.MATBAACILAR SİTESİ
D BLOK 3 ND 12 TOPKAPI / İSTANBUL

DAĞITIM
TURKUVAZ DAĞITIM PAZARLAMA A.Ş.
tdp.com.tr

ISSN: 2602-2559

İÇİNDEKİ

14



KARTAL GÖZÜ
Zeynep KARTAL

16



ANTRE

30



ALIŞVERİŞ
Babalar Gününe Özel Hediye Seçenekleri

34



TREND RAPORU
2018'in Trend Renkleri

48



KAPAK
Afra SARAÇOĞLU
Cesur & Güzel

62



BABALAR GÜNÜ
Gökhan TÜRKMEN
Özgün
Ömer Faruk ÖZGÜL

72



CENTILMEN
Haluk YALÇIN

LER

76



5 ÇAYI
Funda YILMAZ

80



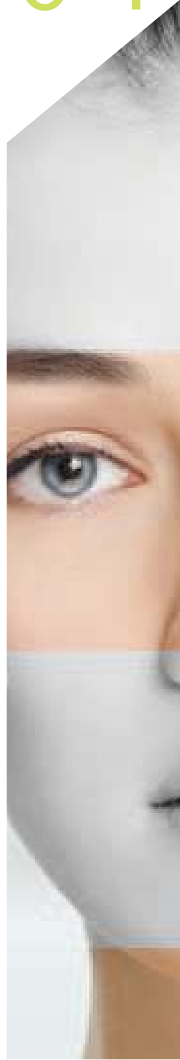
KONUK YAZAR
Aysun KABA

82



DİYETİSYEN
Avakado ile Fit ve Sağlıklı Yaşa

84



ESTETİSYEN
Estetik Hataları

86



SAĞLIKLI BESLENME
Bronzlaştıran Yemek Tarifleri

90



MEKAN
Serafina

94



GEZİ
Dünyayı Bir Bilene Sor!

98



DAVET

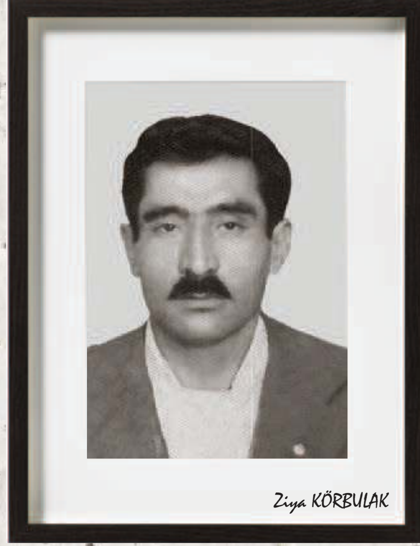


ZÜLEYHA ÖZGÜL
zuleyhaozgul@ladymagazine.com

Baba
ne kadar
sağlamsa
kızı o kadar
dik durur,
Baba ne kadar gülerse
kızı o kadar hayat saçar,
Baba ne kadar hayattaysa
kızı o kadar yaşar.
Baba ne kadar sağlamsa
kızı o kadar dik durur,
Baba ne kadar gülerse
kızı o kadar hayat saçar,
Ve baba ne kadar hayattaysa
kızı o kadar yaşar...

Bu satırların, kime ait olduğunu bilmiyorum ama daha ilk okuduğum anda, kalbime dokunmasının nedenini çok iyi biliyorum. Bir adamın kızıyım ben, bir diğerinin eşi ve bir başka adamın gelini. Üç baba ile kuşatılmış bir hayat benimki ve çoğu zaman bu bile kendimi güvende hissetmem için yetiyor.Babamı anlatırsam dürüstlük, sevgi, boyun eğmeme, karakter sahibi nasıl olunması gerektiğini bize öğreten, kendinden önce çocuklarını düşünen, sevgisini her daim çocuklarına gösteren, Erzurumlu mert bir babanın evladı olmak beni ve kardeşlerimi mutlu eden tek şey. Bir kız evlat olarak çok iyi biliyorum ki, büyüdükçe anne-kız ilişkisinin biçimi de değişiyor ama baba-kız arasındaki hep aynı kalıyor. Daima babanızın "küçük kızı" olarak kalıyorsunuz. Çünkü kız çocuklarının tutunduğu daldır baba, sırtını dayadığı dağdır. Erkek çocuk için bir idol, bir rol modeldir baba ama kız için kudretli ve görkemli ne varsa babadadır. Bu babalar günü yine babasız olmak, bütün evlatlar gibi beni de üzüyor. Onu her daim çok özlüyorum. Hiç tanımadan sevebildiğim tek insan. Eşimin gözlerinde gördüğüm, adını çocuğumda yaşattığım, her dinlediğim insanda "SEVGİ"min daha fazla arttığı, her daim sevgi ve özlemle andığım,."Keşke tanıyabilseydim." dediğim sevgili kayınpederim. Seni ÖZLEM ve sevgi ile anıyoruz. Mekanın cennet olsun. Bir baba düşünün ki sadece çocukları ile gülen, sadece onlarla mutlu olan, sadece onlara sonsuz tölerans gösterebilen, "sevgi ne demek ?" sorusunun cevabını onda öğrendiğim, canım eşim. Bütün hayatını evlatlarının etrafında inşa etmiş bir baba. Söz konusu evlatları olduğunda, onun karşısında hiçbir kuvvet duramaz. En kararlı, en gözü kara anında bile evlatlarının yüzündeki gülümseme dışında, hiçbir şey onu fikrinden caydıramaz. Üç çocuğunun gözlerindeki parıltıyı sonsuza dek canlı tutabilme çabası o kadar büyütmüş ki kalbini, dünyanın bütün çocuklarını kucaklayacak kadar engin bir şefkat ve merhameti var. Ona baktıkça "iyi ki" diyorum. İyi ki baba olmanın ne demek olduğunu bilen, bir adamla birleştirmişim hayatımı. "Evladı olan herkes, baba olmanın ne demek olduğunu bilir." diyeceksiniz. Hayır. Baba olmayı evlatlarından öğrenmiyor çocuklar; babalarından öğreniyor. Kendi babasının tezahürünü görüyorum ben eşimde. Babasının gözleriyle görüyor bizi; onun aklıyla anlıyor, onun kollarıyla kucaklıyor. Bir zamanlar onu hayata hazırlayan muhteşem adamın, hatıralarıyla inşa ediyor geleceğimizi ...

Üç adam, üç baba...
İyi ki kuşatmışlar hayatımı...
Sonsuz teşekkürler...



Ziya KÖRBULAK



Mehmet İrfan ÖZGÜL



Ömer Faruk ÖZGÜL



Babalar Gününüz
Kutlu Olsun ...

NEDEN BUKA?

NEDEN BUKA?

Ebat seçenekleri

Hem kalabalık aileler, hem de kompakt yaşam alanları için farklı ebat seçenekleri **BUKA**'da.



NEDEN BUKA?

Değişebilen kılıflar



Farklı doku ve renk seçenekleri ile kolayca değiştirebileceğiniz birbirinden farklı kılıflar **BUKA**'da.

NEDEN BUKA?

Modüler parçalar

Dilediğiniz gibi ekleyip çıkararak, kendi modelinizi yaratabileceğiniz değişken modüler parçalar **BUKA**'da.





NEDEN BUKA?

Değişebilen ayaklar



Yaşam alanınıza uyum sağlayan farklı malzeme, renk ve formlara sahip değişebilen ayaklar **BUKA**'da.

NEDEN BUKA?

Farklı renk çeşitleri

Modunuza ya da modaya göre 500'den fazla renk ve doku seçeneği **BUKA**'da.



NEDEN BUKA?

Kendi fiyatını belirleme şansı



Farklı renk, kılıf ve ebat seçeneklerini kombinleyin, **BUKA**'nızın fiyatını siz belirleyin.





Hazırlayan : Zeynep KARTAL

OSMANLI HİLALİ'NİN SOYLUSU

OSMANLI'DA NİŞAN GELENEĞİNİ BİR İNGİLİZ BAŞLATTI DESEM ÇOK MU ŞAŞIRIRSINIZ ?

İngiltere'deki Greenwich Denizcilik Müzesi'ni geziyorum. Normalde savaş hatıratı çok da ilgimi çekmemesine rağmen, bir arkadaşımın davetini kıramayıp geldiğim Müze'den bir an önce çıkmanın yollarını aradığım sırada ayaklarımı yere çivileyen bir manzarayla karşılaşıyorum. Gören herkesin anlam veremeyerek ikinci kez baktığı, yanındaki arkadaşıyla sorgulayan gözlerle bakışmalarına neden olan şeyin ne olduğunu anlamak için merakla yaklaşıyorum. Bir tablo. 1800'lü yılların başında hayatını kaybetmiş bir İngiliz amiraline ait. Askeri kıyafetleri, asker duruşu, şapkası, apoletleri; her şey normal görünüyor. "Belli ki oldukça başarılı bir komutan, göğsünde pek çok madalya taşıyor" derken,müzeyi gezenlerin yüzündeki şaşkınlığın nedenini görüyorum:Komutanın göğsündeki ay-yıldızlı madalya. Bir Osmanlı subayı olmadığı her halinden belli olan bu komutanın adı Horatio Nelson. 1798'de henüz bir Fransız generali olan Napolyon'un önce Mısır'ı, ardından Hindistan'ı alma hayalini gerçekleştirmek üzere yola çıktığında, Napolyon'a karşı savaşmak üzere görevlendirilmiş bir İngiliz amirali Nelson. Bir yandan Sultan III. Selim'in Nizam-ı Cedit ordusu Napolyon'u durdurmaya çalışırken, bir yandan İngiliz donanması Fransız kuvvetlerinin Hindistan'a ulaşmasını önlemeye çalışıyordu. İşte 1798 Nil Savaşı ya da Ebukibr Savaşı olarak tarih kayıtlarına geçmiş bu muharebede gösterdiği büyük başarı nedeniyle III. Selim tarafından o güne kadar Osmanlı geleneğinde olmayan bir hediyeyle ödüllendiriliyor: Çelenk. Padişahların sarıklarına taktıkları, değerli taşlardan yapılmış bir iğne çelenk. Ama Osmanlı kıyafetlerine göre hazırlandığı için son derece ağır. Yine de Nelson her özel törende şapkasına bu çelengi takmayı prensip ediniyor. Hatta Osmanlı'ya nişan geleneğinin Nelson'a verilen bu çelenkle başladığı söylenir. Hikaye burada bitiyor mu? Tabii ki hayır. Nelson'a savaşlarda gösterdiği cesaret için bir sonraki yıl Osmanlı tarafından bir nişan daha verilmek istenir. Ama bu kez İngilizler "dur"der. Nişanın verilmesini istemediklerinden değil, çelengin İngiliz kültüründe anlaşılması çok zor olmasından dolayı; şovalyelerin taktığına benzer ve üzerinde Osmanlı'ya ait olduğunu belli ecden bir işaret taşıyan bir madalya takılmasını tavsiye ederler.

Özel yapılmış çelenk 1798 yılında Nil Deniz Savaşı'nda gösterdiği başarı nedeniyle Sultan III. Selim tarafından Horatio Nelson'a verildi. Bu Osmanlı olmayan birine verilen ilk çelenk oldu.



Orijinal çelenk daha sonra çalınınca İngilizler yerine replikasını yaptırıyorlar. Birebir aynısı olmasa da, çelengin alt kısmına hilal ve yıldız yerleştirerek (orijinal çelenkte hilal ve yıldız yok) Osmanlı'ya olan saygı ve hürmetlerini göstermiş oluyorlar.



İngilizlerin büyük savaş kahramanlarından olan ve tek kolunu 1798 yılında savaşta kaybeden Lord Nelson, Osmanlı Hilal Nişanı'nın da sahibiydi. Amiral Nelson,III. Selim tarafından kendisine verilen ay-yıldızlı madalyaya çok önem veren ve her portresinde bu nişanla poz veren bir kumandandı. Tabutunda "Knight of the Ottoman Crescent" (Osmanlı hilalinin soylusu) cümlesi yazıyordu.



Osmanlı'nın, İngiliz sefirlerinin bu tavsiyesine uymakta bir beis görmemesinin en büyük nedeni, nişan vermenin zaten bir Osmanlı geleneği olmamasıdır. Nişan aslında bir Haçlı geleneğidir ve Osmanlı İmparatorluğu için o zamana kadar pek de özel bir anlam ifade etmez. Yani çelenk vermekle nişan vermek arasında o güne kadar pek de bir fark yoktur. Bu kez Nelson'a "avize" adı verilen nişan takılır.Boyuna asılan değerli bir mücevher olması sebebiyle bu ismi taşıyan ay-yıldızlı nişanı Amiral Nelson hayatı boyunca göğsünde taşır. Üstelik o güne kadar babasının bir rahip olmasıyla gurur duyan bu deniz komutanı, artık kendi kendisine verdiği ve bazı evraklarda imzasına bile eklediği bir unvanla gurur duymaya başlar. "Osmanlı Hilali'nin Soylusu." Nelson'un kendine taktığı bu isim, bugün Greenwich Denizcilik Müzesi'nde kendisine ayrılan bölümde de yer alıyor. Avize büyük ihtimalle hala duruyor. Ama çelenkle ilgili haberler maalesef iyi değil. Orijinal çelenk daha sonra çalınınca İngilizler yerine replikasını yaptırıyorlar. Birebir aynısı olmasa da, çelengin alt kısmına hilal ve yıldız yerleştirerek (orijinal çelenkte hilal ve yıldız yok) Osmanlı'ya olan saygı ve hürmetlerini göstermiş oluyorlar. İki ülke arasındaki dostluğun ebedi olmasını dilerim...



ANTRE

EZBER BOZAN KOLEKSİYON: GLAMLUCK

Zamansız ve minimalist çizgisiyle sofistike takı tasarımlarına imza atan Tullia Jewels, ezber bozan yepyeni bir koleksiyon hazırladı.
Zıt kutuplardan alınan ilhamla tasarlanan Glamluck koleksiyonu, klasikleşen takı formlarını, farklı kullanımlara açık parçalarıyla yeniden tanımlıyor. Altın ve değerli taşları, modern bir işçilikle harmanlayarak sunan koleksiyon, hem gece hem de gündüz vazgeçemeyeceğiniz parçalar arasında yerini alacak.







YAZA PASTEL DOKUNUŞ

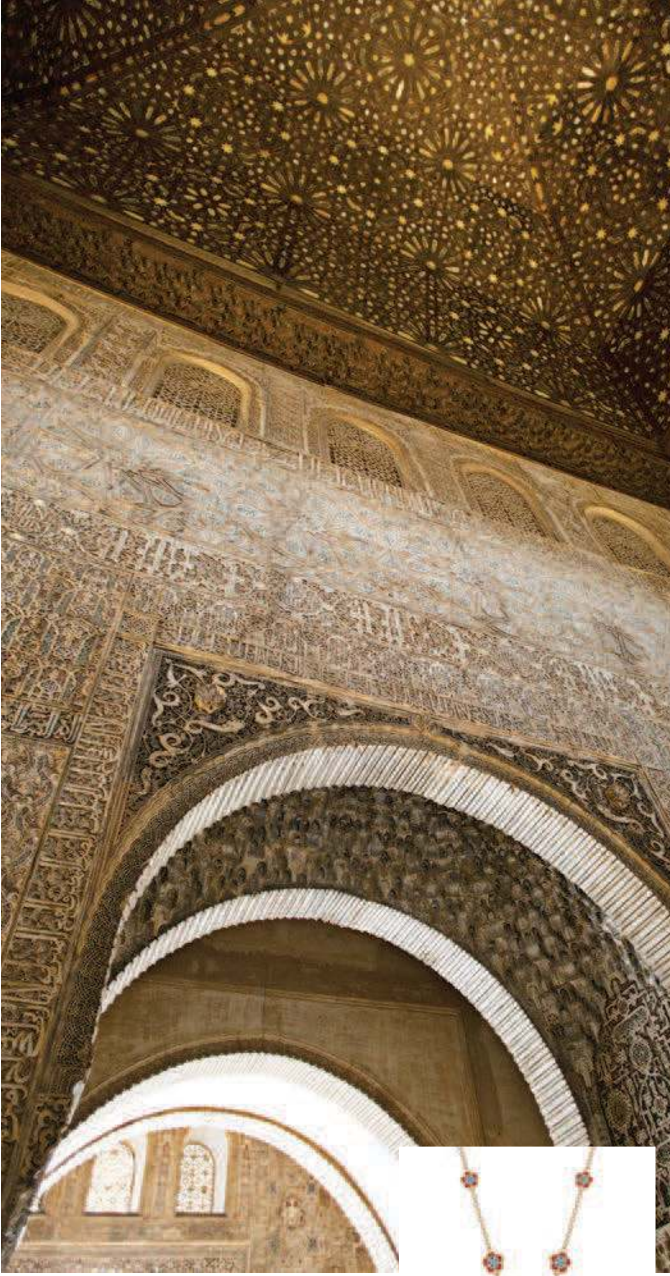
Loewe'in zamansız çantası Puzzle Bag, yeni sezonda pastel tonlarıyla romantizm rüzgarları estiriyor. Loewe'nin kısa sürede ikonikleşen modeli Puzzle Bag, 2018 Yaz sezonunda fonksiyonel tasarımı ve her zevke hitap eden farklı renk ve desen seçenekleri ile hayran kitlesini daha da genişletecek. Uzayıp kısalabilen çıkarılabilir askısı ile omuz çantasından clutch'a alternatif kullanım seçeneği sunan Loewe Puzzle Bag, 2018 İlkbahar Yaz koleksiyonu'na özel yeni modelleriyle moda tutkunlarıyla buluşuyor.

FEMİNEN STİLİYLE GÖZ KAMAŞTIRIYOR



BOSS saatlerinin sade, elegant ve ikonik Classic Women's Sport saatleri, ofis stilinden özel davetlere kadar stilinize eşlik edecek mükemmel bir aksesuar niteliğinde. BOSS saatlerinin bu spor-şık koleksiyonunu, sunduğu sayısız stil alternatifi sayesinde yanınızdan asla ayırmak istemeyeceksiniz. 2018 trendlerinden esinlenerek tasarlanan Senfoni koleksiyonu ise zamanın hızla akıp geçerken ve yarını düşünmeden anı yaşarken her adımınızda yanınızda size eşlik edecek kadar şık ve özgüvenli. Zarif göstergeler ve kadranda yer alan fonksiyon detayları, BOSS saat severlerin yaşam tarzlarında asla bir yanılsama yaşamamasını sağlar. Bu saatler, kendi zamanlarını ve kendi yollarını yönetmek isteyen modern kadınlar için mükemmel olarak tasarlanmıştır.





4000 YILLIK TARİH MÜCEVHERATA DÖNÜŞÜYOR!

KISWAH, 4000 yıllık tarihten aldığı ilhamla insanları birbirine bağlayan değerleri sonsuzlaştıran sanat ve mücevher koleksiyonları tasarlıyor. ‘Zaman üstü birlik’ felsefesiyle paha biçilemez eserler yaratan marka, 25 yıllık koleksiyonerliğin ve 4 yıllık yoğun araştırmaların ve çalışmaların sonucu ortaya çıkan koleksiyonlarını ilk kez lanse ediyor. El Hamra Sarayı’nın süslemeleri, tüm cazibesiyle harem mücevheratı, İpek Yolu’nun tarihe ilham veren dokuları, ihtişamın sembolü imparatorlukların sanat eserleri, maneviyatı yüksek sanat dalları… KISWAH; tarihin gizemli izlerini, özümüzü beslemek adına üstün zanaatkarlıkla birleştirerek tasarlıyor.

FESTİVAL RUHUNU ÜZERİNİZDE TAŞIYIN

Koton yeni sezon kadın koleksiyonu, günlük tasarımlarını farklı esinlenmelerin karışımından doğuruyor. İlhamını Coachella Müzik Festivali’nden alan koleksiyon tropikal, çöl ve etnik esintileri bir araya getiriyor. Festival ruhunu yansıtan koleksiyon zengin tasarım seçenekleri sunuyor. Çöl renkleri ve festival ruhunun temel oluşturduğu koleksiyonda militer trendi de korunuyor. Topraksı tonları ve askeri desenleri canlandırmak için de tasarımlarda tropikal baskılar ve hayvan derileri kullanılıyor. Egzotik detayların incelikle işlendiği koleksiyonun renkleri arasında yeşil, kırmızı ve tropik ormanların canlı renk tonları da yer alıyor.



GENÇLİK IŞILTINIZI ORTAYA ÇIKARIN

Foreo'nun dakikada 8.000 T-Sonic™ titreşimle gözenekleri kirlerden arındıran gelişmiş sistemi, ölü derileri derinlemesine temizleyerek gözenekleri sıkıştırmaya yardımcı oluyor. LUNA™ 2, düşük frekanslı titreşimler sunan yaşlanma karşıtı modu ile ince çizgilerin ve kırışıklıkların görünümünü azaltıyor ve cilde daha sıkı bir görünüm kazandırıyor. Ayrıca, hızlı kuruyan gözeneksiz yapısıyla ultra hijyenik silikon tasarımı bakteri oluşumunu önlüyor. LUNA™ 2, %100 su geçirmez özelliğinin yanı sıra ve 1 kez tam şarj edildiğinde günde iki kez olmak üzere 7 ay boyunca kullanabilmenize olanak sağlıyor. Hassas" (Lavanta), "Normal" (İnci Pembesi), "Karma" (Açık Mavi) ve "Yağlı" (Cam Göbeği) olarak dört farklı cilt tipi için özel olarak tasarlanan LUNA™ 2 ile daha parlak, berrak ve genç bir görünüme kavuşmanızı sağlıyor.







BAYRAM MODASI

Birbirinden tarz ayakkabı modelleri, Butigo ile bayramda şıklığından ödün vermek istemeyenlerin kurtarıcısı oluyor. Butigo'nun sneaker'dan platform topuğa, sandaletten babete uzanan geniş ayakkabı koleksiyonu ile bu bayram dikkatleri üzerinize çekmeye hazır olun. Çiçek, fiyonk ve inci detaylarla öne çıkan koleksiyonda, metalik ışıltılara krem, pudra ve tarçın tonlarının eşlik ettiği modeller, bayram kombinlerinizi en şık şekilde tamamlıyor. Uçuş uçuş bluzlarınıza, floral desenli elbiselerinize ve renkli havuç pantolonlarınıza çok yakışacak Butigo modelleri ile bayramda tüm gözler üzerinizde olacak.



NIKE 'ÇIK, OYNA' İLE HERKESİ SPOR YAPMAYA ÇAĞIRIYOR

Nike, farklı spor dallarından genç ve profesyonel sporcuların ünlülerle bir araya geldiği kampanyası 'Çık, Oyna' ile herkesi spor yapmaya çağırıyor. Nike'ın yeni kampanyasında Türkiye A Milli Futbol Takımı yıldızlarından Arda Turan ve Abdülkadir Ömür, Taekwondo Dünya Şampiyonu Milli sporcu İrem Yaman ve 400m İşitme Engelliler Olimpiyat, Dünya ve Avrupa Şampiyonu Yasin Süzen gibi sporcuların yanı sıra aktris Melisa Şenolsun, Elvin Levinler ve aktör Birkan Sokullu yer alıyor. Dudullspor Kadın Futbol Takımı'ndan 17 yaşındaki Berdan Bozkurt, BMX sürücüsü Taner Erdaş, Freerunner Emir Ünder ve Dans Fabrika ekibinden Sam Gizem Sözer gibi isimler de projeye destek veren isimler arasında bulunuyor.





YAZ ŞIKLIĞI

Her yerde arayıp bulamadığınız Audrey Hepburn stili hasır şapkalar; birbirinden şık modelleri ve yaz desenleriyle plaj çantaları; egzotik, trend ve eğlenceli terlikler; en havalı gözlükler ile yaz kıyafetlerinizin tamamlayıcısı aksesuarlar Boyner'de…











İNCECİK KEYİF

Ev giyim koleksiyonuyla her sezonu farklı tasarımlarla karşılayan Penti, incecik ve yumuşacık şort pijama setleriyle yaza merhaba diyor. Rahatlık sunan setler eğlenceyi de eve taşıyor. Uykuyu sevenlere, meyvesiz asla diyenlere eğlenceli baskılar sunan marka, sevimli dostları ve sloganları da setlere taşıyor. Setler ile uyumlu ev terlikleri ve uyku gözlükleri koleksiyonun tamamlayıcı parçalar olmaya devam ediyor.



EN GÜZEL BEYAZ

ARZYU, Arzu Kaprol & Ayla Cönger birlikteliğiyle doğan yepyeni bir gelinlik markası. Tasarımları Arzu Kaprol imzası taşıyan koleksiyon, tasarım tutkunu gelinlerin hayallerini gerçeğe dönüştürüyor. 35 farklı parçadan oluşan koleksiyonda, geometrik strüktürler akışkan kumaşlarla birleşirken, kristal taş ve tüyler, baskılar ve pilise detayları ise gelinlik modellerinde eşsiz bir dokunuş yaratıyor. Taftaların, şifonların, ipeklerin, özel kumaşların yer aldığı tasarımlar gelinlerin hayallerini bir adım daha ileriye taşıyor. Tasarımlar üzerinde kullanılan özel teknikle, el işleri, aplikeler ve sıra dışı kumaş katlama teknikleri, gelinlikleri benzersiz kılıyor.



“GRAFFITI” KAPSÜL KOLEKSİYONU İLE SIRA DIŞI ŞIKLIK

Michael Kors orjinal logosunu kullandığı “Graffiti” baskılı yeni kapsül koleksiyonunu moda severlerle buluşturuyor! 80’lerin New York esintilerinin bulunduğu grafik logo, şıklığın biçimsel halini temsil ederek markanın doğduğu şehre ve sokak modasına, siyah-beyaz renklerle ilham veriyor.











İKONİK STİL

Derin Mermerci'nin ikonik stiliyle NetWork'ün zamansız tasarım anlayışını bir araya getiren DM x NetWork özel koleksiyonu, geçen sezonki başarısının ardından bu yaza da damgasını vurmaya hazırlanıyor. Derin Mermerci'nin gerçekçi, belirgin ve zarif tarzından iham alan koleksiyon 60 tasarımdan oluşuyor. Derin Mermerci'nin sürprizli ve esprili stilinden ilham alarak kendi içinde de farklı kombinler oluşturulmasına imkan veren koleksiyonda, renkli tütü eteklerle kadınsallığa vurgu yaparken, onunla kombinlenen çizgili gömleklerle de beklenmeyen bir bütünlük yakalanıyor. Koleksiyonun öne çıkan parçalarından biri olan kumaş detaylı oversize denim ceket ise dinamik duruşuyla dikkat çekiyor.







ILIK BİR YAZ AKŞAMI ve MARİN RÜYALAR

Güneşli bir gün ve sıcak bir yaz akşamı, yaza göz kırpan görünümlerle Akdeniz man-zaralarına hazır bir duruş. Isviçreli saat markası bu sefer sizleri Akdeniz'in renkli dünyası-na doğru yola çıkmaya davet ediyor. Swatch, Akdeniz'in gökyüzüyle kesiştiği noktadan ilham alan ve çizgilerin diline hakim Mediterranean Views koleksiyonu ile gemi şeklindeki deniz temalı tasarımlar, ilham verici marin rüyalar mavinin gölgesinde buluşuyor.



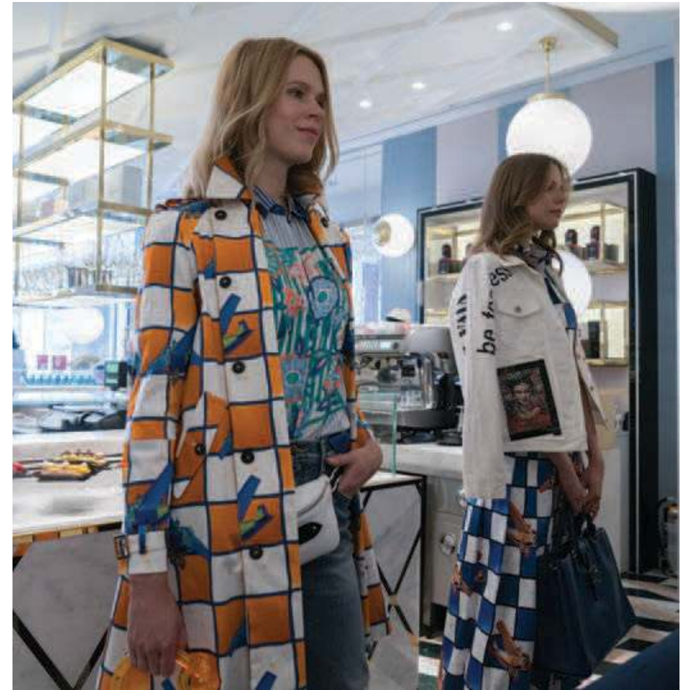


GEÇMİŞTEN ALDIĞI İLHAMI MODERN TASARIMLARLA GELECEĞE TAŞIYOR

Gaziantep'te, Gaziantep'li ustalar tarafından dokunan kutnu kumaşının tarihsel zenginliğiyle modern tasarımların buluştuğu KUTNİA markası; el işçiliği, emek ve lüks atıfları modern bir yorumla geleceğe taşınıyor.







ZARİF VE RENKLİ BİR GÖRÜNÜM

Vakko Kadın, 2018 İlbahar/Yaz koleksiyonunu tanıttı. Birçok farklı konsepti bir araya getiren koleksiyon, dinamik duruşu ile öne çıkan kadınları "Team Spirit" teması ile aktif yaşamın çizgilerini üstünde taşıyor. Kırmızı beyaz, lacivert beyaz ve siyah beyaz çizgiler, puanlar, asimetrik şekiller duru bir formda ya da puzzle gibi iç içe geçerek farklı bir hareket yakalıyor.



GENÇ DİNAMİK ENERJİK

Her yıl hazırladığı koleksiyonlara genç, dinamik, enerjik stilini yansıtan OXXO, bu yıl 25. yılını kutluyor. Bu büyük heyacanı hazırladığı özel koleksiyon ile kullanıcıları ile paylaşan marka; 25. Yıl Özel Koleksiyonu'nda yeni renk birliktelikleri, materyaller ve formları bir arada kullanıyor.







MÜKEMMEL MAKYAJ İÇİN YENİ BİR SERİ



Kadınların kusursuz güzellik için yüzlerinde altın orana sahip olma tutkuları her geçen gün artıyor. Leonardo Da Vinci'nin Mona Lisa tablosundan günümüz sanatçıların eserlerine kadar altın oran her zaman değerli oldu. Matematikçiler yüzyıllardır güzelliğin formülünü yazmaya çalışırken, medikal estetikçiler ise altın oran için yıllarca yeni teknikler denedi. NOTE; Altın Oran'ın önemini, 2018 yılında ön planda tutarak, sizi kendi altın oranınızı yaratmaya davet ediyor ve "Perfecting" serisini sunuyor.



MAT VE NEMSİZ CİLTLERE YOĞUN BAKIM

Teoxane RHA Hydrogel Mask, Işık Dolgusu'nun özel inovatif formülü ve patentli "Resilient" hyaluronik asit içeriği ile mat ve nemsiz ciltlere yoğun bakım yaparken cildin canlanmasına, sıkılaşmasına, parlamasına, kırışıklıkların ve ince çizgilerin azalmasına yardımcı oluyor. Patentli 'Resilient Hyaluronik Asit' içeren anti-aging nem maskesi Teoxane RHA Hydrogel Mask, yeni temizlenen cilde dikkatli bir şekilde yatıştırıp 15 dakika bekledikten sonra çıkarılıyor.



DENİMİN GÜCÜNÜ HİSSET

Avrupa'nın ilk denim markası MUSTANG, İlkbahar-Yaz 2018 koleksiyonunda şehirli cool tavrın denim yansımalarını sunuyor. Genç ve modern tasarımların yer aldığı koleksiyon, modaya genç ve şehirli bir soluk getiriyor.Markanın yaz koleksiyonunda yer alan dar paçalı ve comfort fit denim pantolonlar kesim ve kumaş kalitesi ile dikkat çekiyor. Denim gömleklerle tamamlanan koleksiyonda yer alan özgür ruhlu parçalar ister hafta sonu kaçamakları, ister şehirde stil sahibi opsiyonlar sunuyor.





SOFİSTİKE ŞIKLIK

Modanın kalbinde "iyi moda" yapma ilkesiyle çalışan Love my body, yeni sezonda uçuşan elbiseleriyle romantik masumiyet ile sofistike şıklığı bir arada sunuyor. Her stile uygun moda anlayışı ve kadına özgüvenli olmayı aşılayan marka, yeni sezonda film karelerindeki en romantik sahneleri gerçeğe döndürebileceğiniz fırsatlar sunuyor.







MODERN VE ŞIK SİLUETLER

Göz alıcı tasarımları ve fonksiyonelliği bir arada sunan ürünleri ile yeni sezona damgasını vuracak Sorel İlkbahar-Yaz 2018 koleksiyonu, modern ve şık siluetler ile dikkat çekiyor. Tamamı hakiki deri sandalet ve sneaker koleksiyonu, sezonun modern ve keskin ruhunun yansıması niteliğini taşıyor. Roma sandaletlerinin modernize edilmesi ile yepyeni ve şehirli bir kimlik kazanan bağcıklı sandaletler sıcak yaz günlerinde kurtarıcınız olacak.



HER MEVSİM IŞILDAYIN

Vintage dokunuşun modern ve minimal detaylarla kombinlendiği Esprit saatlerinde “klasik” yeniden tanımlanıyor. İnce kadranın, sezonun trendi hasır çelik bilezikle bir araya geldiği ES Essential saat modeli, avangart stilden ilham alan ve aynı zamanda modern tasarım ustalığını sergileyen stiliyle göz kamaştırıyor. İnce kasası, aynalı krom kadranı, pembe ve sarı altın tonları sayesinde bahar mevsiminde ışıldayan Esprit ES Magnolia saat modelleriyle kendinizi özel hissetmeye hazır olun. Bu sıradışı saat serisinin değişebilir deri kordonu ve hasır çelik bileziği sayesinde, stilinize göre seçim yapmanız mümkün.













CACTUS DE CARTIER

Yaratıcılığın yeni ifadesi; Cactus de Cartier. Cartier, tasarım alanındaki yaratıcılığının hikayesinin limitlerini genişletti, Cartier tarafından evcilleştirilen çetin doğanın hikayesini. Cactus de Cartier Koleksiyonu'nu tercih eden kadınlar, bu koleksiyonun vahşi ve asi ama sofistike doğasını cesurca sahipleniyor. Maria Carla Boscono'nun yüzü olduğu yeni koleksiyona eklenen güçlü ve arzu nesnesi parçalar, tasarımları ve takıldığında yarattığı hareketleriyle özgür bir ruhu ve stili yansıtıyor.







PLAJ MODASI

"Hayatı İyi Yaşa" mottosuyla sunduğu seçkin stili ile fark yaratan ünlü İngiliz ikonik marka Marks & Spencer'ın plaj koleksiyonunda, yaz aylarında da rahat ve şık olmanızı sağlayacak birbirinden renkli tatil parçaları yer alıyor. Koleksiyon, tek parça ve 2 parça zengin çeşitlilikte mayo ve bikinilerden oluşurken, desenli plaj elbiseleri, pareolar, kaftanlar ve aksesuarlar koleksiyona eşlik ediyor. Detaylara son derece özen gösterilen ve sezonun renklerine, desenlere ve şık aksesuarlarına yer verilen bu çok yönlü koleksiyonda herkes seveceği bir şeyler bulabilecek.



SENİN İÇİN KLASİK OLMAK NE DEMEK?

Kendini ifade etme gücüne öncülük eden Reebok Classic, Always Classic kampanyasıyla dünyanın dört bir yanındaki moda tutkunlarını, ortaya çıkmaya, cesur olmaya ve meydan okumaya davet ediyor. Always Classic kampanyası, kendileri için klasik olmanın ne anlama geldiğini ifade eden öncü marka yüzleriyle, modern cesaretin ve yaratıcılığın bir kutlaması niteliğinde… Kampanyanın global marka yüzleri dünyaca ünlü model ve stil ikonu Gigi Hadid ile Amerikalı şarkıcı, dansçı ve oyuncu Teyana Taylor oldu.

DOLCE&GABBANA'DAN EĞLENCELİ TASARIMLAR

İlkbahar-Yaz 2018 koleksiyonunda yer alan yeni #DGGraffiti güneş gözlükleri, saplarda ve çerçevelerde yer alan eğlenceli grafiti yazıları ve kalp, yıldız veya taç biçimindeki renkli tasarımlarla Dolce&Gabbana'nın yaratıcılığını yansıtıyor. Bu yeni gözlük modelleri sokak giyimi ile modern stili referans alıyor ve hemen göze çarpan ironik karakterleriyle öne çıkıyor.





CİLDİN İHTİYACI OLAN NE VARSA...

Hafif yapılarıyla kolay sürülen ama cilde adeta bir koruma bandı çeken SunOzon, üstün içeriği ve uygun fiyatıyla tüm Türk kadınlarını müthiş etkili bir güneş korumasına alıyor. Rossmann harikalar diyarının en keşfedilesi ürünlerinden biri olan SunOzon ürün serisi, ihtiyaca göre güneş banyosu ve sonrası bakımı için gereken tüm içerikleri seride bulunduruyor. Vegan ve doğal içeriklerle Türk kadınlarının kendilerini, çevreyi ve çocuklarını korumak için ikinci evi haline gelen Rossmann, her konuda olduğu gibi güneşle ilgili konularda da tamamen güvenilir adres olmayı sürdürüyor.

TATİLE ÇIKMADAN ÖNCEKİ SON DURAK

Havaların iyice ısınmasıyla birlikte yaz sıcaklığı kendini yavaştan hissettirmeye başladı. Siz de önümüzdeki günlerde başlayacak tatil günleri için Benetton'un renkl dünyasına uğramadan tatile çıkmayın. Markanın yeni sezonunda yer alan mayo ve bikini, bermuda şortlar, fırfırlı straplez üstler, çingene elbiseleri veya düz sandallarla gardrobunuzu yenilemek için geç kalmadınız.



Alışveriş Zamanı

Yaz denildiğinde aklımıza deniz, kum, güneş kadar artan sıcaklar da geliyor. Hem şık hem de sıcak yaz günlerinde nefes aldıran kıyafetler trendy görünmenizi sağlarken rahatlığın da keyfini sürmenizi sağlayacak.


Versace 1.549₺


Gianvito Rossi 3.650₺


Bvlgari 1.387₺


Frame Denim 1.231₺


Vera Wang 5.149₺


Balmain 8.628₺


Marques Almeida 2.269₺


Aquazzura 3.638₺


Marc Jacobs 1.660₺


Tom Ford 5.062₺


NetWork 329₺


Lanvin 7.817₺


Rene Caovilla 4.367₺


T70 1.152 ₺

Prada 7.060 ₺




Jimmy Choo 1.974 ₺


Carolina Herrera 9.280 ₺


Aspesi 1.496 ₺

Isola Bella 376 ₺



Hogan 1.831 ₺




Jimmy Coo 2.290 ₺

Atölye No6 750 ₺




Gucci 5.825 ₺


Versace 7.087 ₺


Prada 2.678 ₺


Dsquared 1.752 ₺


Marc Jacobs 2.326 ₺


Jimmy Choo 1.946 ₺

Versace 4.000 ₺

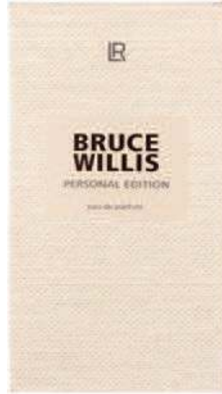



Phillipp Plein 7.300 ₺

BABAMA NE ALSAM?

KIZ ÇOCUKLARININ İLK AŞKI, ERKEK ÇOCUKLARININ İSE İLK KAHRAMANI OLAN BABALARIN ÖZEL GÜNÜ İÇİN HEDİYE BULMAKTA ZORLANANLAR DİKKAT... BABASINA NE ALACAĞINA KARAR VEREMEYENLER İÇİN SAATTEN TABLETE, GİYİMDEN AYAKKABIYA UZANAN ÖZEL HEDİYE SEÇENEKLERİ İŞTE BURADA.


Armani 2.450 ₺





Bruce Willis 115 ₺


Pierre Cardin


Dji Mavic Air Fly 4.949 ₺


Prada 1.182₺


Fendi 24.951₺


Fendi 19.175 ₺

GoPro Hero6 1.999₺



Prada 2.360₺


Diesel 320₺



Diesel 740 ₺



Hazırlayan : Fatih ÖMERCİKOĞLU

trend RENKLER

Sevgili okurlarıma öncelikli olarak bu güzel yazın ilk günlerinde içten saygı ve sevgilerimi yolluyor ve yazıma geçiyorum. 2018 Yaz modasının esmeye başladığı bu güzel günlerde her yer rengarenk... Nasıl da insanın içi açılıyor, mutlu oluyoruz. Bu seneye damgasını vuran renklerle güzel sımsıcak yaz sizi bekliyor. Yazın o güzel kokusunu içinize çekip, tatil planları yapmaya hazır olduğunuzu duyar gibiyim. Bu sezonun yumuşak, hafif ve canlı renklerini doğru kombinlediğimiz sürece canımız istediği gibi kullanmak kendi elimizde. O yüzden hem güzel heyecanlar katacak, hem de enerjinizi yükseltecek bu renklerin bazılarını tanıyın istedim.Tabii renkler çok güzel ama tenimize uyacak renkleri bulmak da bir o kadar da önemli. Şöyle güzel bir köşede mis gibi bir kahve ya da çayınızı yudumlarken keyifle sizin için seçtiğimiz renklere göz gezdirirken, hangi renklerle de uyumlu olabileceğini okuyabilirsiniz. Haydi sevgili okurlarım rengimizi bulup tarzımızı ortaya koyma vakti. Sizlere sağlıklı, mutlu, huzurlu ve gönlünüzce geçireceğiniz bir Haziran ayı diliyorum. Sevgiyle kalın ...






SICAK


ŞEKER


GÜÇLÜ



derin MAVİ

Mavinin her tonu güzeldir bence. Umudu, mutluluğu, özgürlüğü, sadakat duygusunu, sonsuzluğu simgelediğini düşünürüm hep. Bulutların üstünde uçma hissi veren bu renk, rüyalar ülkesinde olmak için büyük heyecanla sizi bekliyor. Bu sezonda her yerde göreceğimiz mavinin bir çok renginden biri olan little boy blue... Nasıl da büyüleyici güzel görünüyor. Tabii bu renk başka pudra tonları ile kombin edilebilir fakat kendi tonlarında da bir o kadar başarılı kombinler yapılabileceğini biliyorum. Hatta bej, ekru, toprak tonları, siyah, lacivert, mavi tonlar ve zıt renkler mor ya da turuncu ile bile muhteşem kombinler yapmak elinizde denemeye değer, siz ne dersiniz? Yaz tatili planları yaptığınız şu günlerde de deniz, kum, sahil düşünürken; bu huzur dolu renkten parçalar muhakkak gardırobunuzda olsun her an ihtiyaç duyabilirsiniz.




JOUR/NÉ



GUESS









Ateş Kırmızı

En güçlü ve iddialı renklerin en başında geliyor kırmızı... Geçmişten bu güne kadınların en fazla tercih edip kullandıkları tutkunun ve gücün rengi olan kırmızı, cherry tomato rengiyle karşımızda. Evet evet bildiğimiz domates bu sene renk uzmanları 2018 yazında böyle en sevilen sebzelerin birinin tonunu uygun görmüşler. Her ne kadar bildiğimiz bir renk gibi gelse de kırmızının bir çok tonu var. Bu sene de en çok göreceğimiz renkler arasında yerini aldı bile. Biliyorum ki her kadının gardırobunda kırmızı bir parça vardır ve yoksa bile almak için beklemeyin derim. Çünkü yaz sezonu gelince o sımsıcak kırmızı olmazsa olmazlardan bence. Kombin yaparken özellikle farklı tonlar değil aynı ton kırmızı olmasına dikkat edin. Lakin farklı renklerle de kullanacaksak beyaz, gri, siyah, mor tonları, pembe tonları, metalik tonlar, ekru, ten rengi, yeşil tonları, bir çok renkle de bir araya gelebilecek çok iddialı, bir o kadar kolay ve aynı zamanda çok sevilen bir renk olduğunu unutmayalım.












Sıcak Sarı

Sarı dediğimizde sonsuz ışığı gösteren, sıcak, neşeli ve heyecan verici olmanın yanında, yeni yeni yaza doğru adım attığımız şu günlerde en uyumlu şekilde hazır olduğumuzu hissettiren en güzel renklerden biri. Evet bu sezon Meadowlark rengi ile karşımızda olacak çayırkuşunun tonlarından esinlenerek düşünülen güzel bir sarı tonu. Sadece sarı renkten yapılan kombinlerde bile fazlasıyla iddialı, çarpıcı ve dikkat çekici olabilirsiniz. Lakin "çok abartılı olmayayım" diyorsanız, o halde beyaz, siyah, gri, lacivert, yeşil tonları, açık kahve ve yumuşak tonlarla bir araya getirerek, sarının iddialı gücünü hafifletip muhteşem renk geçişleri yapabilirsiniz. Evet sarı zor bir renktir ama zoru başarmak en güzelidir, kolaya kaçmayalım diyor sarının cazibesine kapılarak muhteşem kombinler yapmak mümkün ,sizi çok havalı göstereceğine eminim. Göz alıcı olmak elinizde ne dersiniz?




VERSACE
YELLOW DIAMOND
INTENSE




FENDI
ROMA




Şeker Pembe

Baharı müjdeleyen çiçek bahçesinde olma duygusu veren romantik ve iliklerimize kadar hissettiren o yumuşacık huzurun yansıması olan renk pembe şimdi lavanta tarlasındaymış gibi olmamızı sağlayan Pink Lavender rengi ile insanı mutluluğa sürükler gibi karşımızda.. Pembe nasıl güzel bir renktir anlatılmaz yaşanır dediklerimizden. Koşulsuz sevgiyi, anlayışı, düşünceli olmayı, saflığı, umudu simgeleyen bu renk her zaman hayatımızda olmalı. Kendi içinde bir çok tonda renkleri olduğu, hepsinin de ayrı güzel olduğu aşikar ama pink lavender benim de en çok sevdiğim renkler arasına girdi bile. İçinizdeki çocuğu dışarı çıkarma vakti geldiğini hatırlamakta fayda var. Pembe kullanacağınız tek ton haricinde ton sur ton ya da başka renklerle bir araya getirmekte çok güzel olur. Yine kendi gibi yumuşak renklerin olduğu ya da beyaz, açık mavi, kırmızı, mor tonları, siyah ve gümüş rengi tonlarla da bir araya getirmek sizi harika gösterecektir. Hiç kuşkusuz denemekte fayda var.





ELIE SAAB
LE PARFUM
ROSE COUTURE






Güçlü Mor

2018 sezonunun öne çıkan renklerinin başında geliyor mor. Fakat Ultra Violet bu sezon için podyumların en seçkin renk tonu diyebiliriz. Büyük güçleri olduğu, yüceliği ve lüksü temsil eden çok özel ve derin bir renktir mor. Genelde farklı ve bireysel bir tarzı yansıtması bir çok kişi tarafından biliniyor. Eski zamanlardan beri ihtişam ve lüksün sembolü olarak kullanılmış ve aynı zamanda kendine güveni de yansıtmıştır. Bütün renklerde olduğu gibi mor da tek başına kullanıp kendi tonlarıyla ton sur ton yapılarak da muhteşem bir renk uyumu yakalanır. Tabii ki beyaz ve siyah zaten olmazsa olmaz diyorum. Başka hangi renklerde olabilir derseniz sarı, ekru, gri, yeşil tonları, gül kurusu, turuncu gibi renklerle de denenmesini öneriyorum. Bu sezon makyajda da ultra violet renkleri çok sık göreceğiz. Sizin de kendi gücünüzü göstermenizin zamanı.














CESUR & GÜZEL AFRA SARAÇOĞLU

ÖZCAN DENİZ'İN İKİNCİ ŞANS ADLI FİLMİNDE OYNADIKTAN SONRA DİKKATLERİ ÜZERİNE ÇEKEN GÜZEL OYUNCU AFRA SARAÇOĞLU, STAR TV EKRANLARINDA YAYINLANAN VE REYTİNG REKORLARI KIRAN FAZİLET HANIM VE KIZLARI ADLI DİZİDE KÜÇÜK KIZ ECE ROLÜNÜ BAŞARIYLA CANLANDIRIYOR. MÜCADELECİ VE HIRSLI BİRİ OLDUĞUNUN ALTINI ÇİZEN GENÇ OYUNCU, ZORLU BİR HAYATI OLDUĞUNU VE BU YOLCULUKTA TEK DAYANAĞININ ANNESİ OLDUĞUNU SÖYLÜYOR.



Sweatshirt, **NISSE / M STUDIO PR**
Şort, **KOTON**
Küpe, **BERRIN ÖZKAN**

Hazırlayan, **AHMET YILMAZ**
Fotoğraf, **EYLÜL EZİK**
Moda Editörü, **TARIK GÜL**
Make Up, **AHU AYDEMİR**
Saç, **İSMAİL İNAN**
Saç Asistanı, **BURAK KUZGUN**
Styling Ekibi, **EMRAH FATİH KAYA, SUDE ECE EVCİL**
Fotoğraf Asistanı, **HAMİ ÖZKAN**
Styling Asistanı, **OĞUZ ŞAHİN**

Çok genç bir yaşta bu kadar yüksek izlenme oranı olan bir dizide oynamak nasıl bir duygu?

Çok özel bir duygu. Çünkü artık günümüzde televizyona bir sürü dizi giriyor ve 3-4 bölümde final yapabiliyor. Böyle bir dönemde reytingleri yüksek ve fenomen bir dizide oynamak çok güzel bir avantaj benim için.

Oyunculuk kararını ne zaman vermiştiniz?

Kendimi bildim bileli oyuncu olmak istiyordum.

Bu yolculukta sizi en çok yoran şey ne oldu?
Sevdiğim işi yapmaktan dolayı çok mutlu olduğum için hiçbir zaman şikayetçi olmadım. Ama 1 haftada 160 dakikalık bölüm yetiştirmeye çalışıyoruz. Bu bazen oyuncuları zorlayabiliyor.

Şöhret olmak nasıl bir duygu? Hayatınızda neler değişti?

Pek bir şey değişmedi. Hala aynı Afra'yım.

Sokaktan nasıl tepkiler alıyorsunuz, İİnsanlar size en çok ne söylüyor?
Genelde çok iyi tepkiler alıyorum. Ama bazen " Bu kadar saf olma" ya da, dizi gereği hamile olduğum için " Artık ne zaman doğuracaksın" gibi tepkiler de alıyorum :)

Canlandırdığınız karakter olan Ece'yi nasıl değerlendiriyorsunuz?
Ece naif, iyi niyetli ve açık sözlü bir kız. Yaşadığı zor anılar onu fazlasıyla büyüttü. Artık olgun düşünebilen ve nerde ne yapması gerektiğini bilen genç bir anne. Değer verdiği insanları fazlasıyla önemseyen, ona yapılan iyilikleri unutmayan ve ona yapılan kötülükleri de cezasız bırakmayan cesur bir kadın.

Benzer yönleriniz var mı?

Cesur, açık sözlü ve dobra olmamız benzeyen yönlerimiz diyebilirim.

Canlandırdığınız karakterle bağ kurduğunuzda ona kızdığınız ya da aferin dediğiniz neler oluyor?

Yeri geldiğinde lafını esirgememesi onu yaşarken beni çok mutlu ediyor ve içimden "Aferin bu davranışı tam da bu zamanda sergilemeliydi" diyorum. Kızdığım tarafı da saf ve iyi niyetinden ona çıkarı olduğu için iyi davranan insanlara hemen kanması.

Rolünüze hazırlanırken çıkış noktanız ne oluyor?

Karakterin çeşitli tekniklerle kimyasını çözüp, rolüme hazırlanırken o çıkardığım sonuçlardan besleniyorum.

Haziran dolayısıyla babalar günü ve sizin bu konudaki hassasiyetinizi biliyoruz. Neler söylemek istersiniz?

Büyük bir şehir, zorlu bir hayat ve iki kadın. Annemle çok badireler atlattık. Tek dayanağım annemdi. Maddi anlamda ona elimden geldiğince küçük yaşımda destek çıkmaya çalıştım. Annem benim için, benim geleceğim için, ileriki yaşamamız için çok çalıştı. Annemin hayatı benim, benim hayatım annem oldu. Ama annem bana hiçbir zaman yaşadığımız zorlukları yansıtmamaya çalıştı. Her zorluğumda yanımda oldu. Ben de onun. Hala öyle ve öyle olacak. O benim hem annem, hem babam hem de en iyi arkadaşım. Kısaca " her şeyim".



Triko, **ZEYNEP TOSUN**
Şort, **VEKEM/ ZEY PR**
Küpe, **TWIST**
Ayakkabı, **MANGO**



Top, **ÇİĞDEM AKIN**
Şort, **LUXEZ/ ZEY PR**
Ceket, **NISSE/M STUDIO PR**
Küpe, **BERRİN ÖZKAN**
Gözlük, **RETRO EYEWEAR**





Ceket, **MEHTAP ELAIDI**
Top, **TRENDYOL**
Kemer, **TWIST**
Küpe, **BERRİN ÖZKAN**



Ceket, **MEHTAP ELAİDİ**
Top, **TRENDYOL**
Kemer, **TWIST**
Küpe, **BERRİN ÖZKAN**

"İlişkilerde en çok karşılıklı güvene önem veriyorum. Güvenin kazanılması gereken bir duygu olduğunu düşünüyorum ve kazanmak içinde hem kendim, uğraşırım hem de önem gösterilmesini beklerim."

Peki bu gün geriye dönüp baktığınızda ne görüyorsunuz?

Hayallerini gerçekleştirmekte olan genç bir kız. Bir insan daha ne isteyebilir ki.

Naif, kibar zarif bir kadın görüyoruz dışarıdan, aslında savaşçı ve mücadeleyi bırakmayan biri diyebilir miyiz sizin için?

Kesinlikle. Mücadeleci, azimli ve hırslı bir insanım.

Aşık olduğunuzda nasıl biri oluyorsunuz?

Korumacı biri.

İlişkilerde en çok neye önem veriyorsunuz?

İlişkilerde en çok karşılıklı güvene önem veriyorum. Güvenin kazanılması gereken bir duygu olduğunu düşünüyorum ve kazanmak içinde hem kendim, uğraşırım hem de önem gösterilmesini beklerim.

İleriye yönelik hedefleriniz neler, yeni projelerde görebilecek miyiz sizi?

İleriye yönelik hedeflerim her zaman gelişmek, yeniliklere açık olmak, donanımlı olmak ve hedeflerimi gerçekleştirmek. Önümde çok uzun bir yol ve gerçekleşmesi gereken bir sürü hayalim var. Yeni projeler de sürpriz olsun. :)



Bluz ve Pantolon, **MELİKE KARAHASAN / LA PRENDA**
Mayo, **H6BYHAZALOZMAN / ZEY PR**
Sandalet, **JABOTTER**
Fular, **IODES**
Küpe, **BERRİN ÖZKAN**



Ceket, **ATÖLYE NO 6 / BEE PR**
Şort, **PINAR TEKGÖZ/ YOUNIQUE İSTANBUL**
Atlet, **MAVI**
Terlik, **JABOTTER**


Fular, **IODES / ZEY PR**
Elbise, **ZEYNEP KARTAL**
Mayo, **H6BYHAZALOZMAN/ ZEY PR**

"EVLATLARIMA BAKTIĞIMDA GELECEĞİMİZE GÜVENİYORUM"

ÖZGÜL HOLDING YÖNETİM KURULU BAŞKANI ÖMER FARUK ÖZGÜL İLE BABALAR GÜNÜ İÇİN HAZIRLADIĞIMIZ ÖZEL DOSYAMIZDA BABALIK DUYGUSU ÜZERİNE KONUŞTUK. BAŞARILI İŞADAMI GURUR DUYDUĞU ÇOCUKLARINI VE BİR BABA OLARAK NELER HİSSETTİĞİNİ LADY MAGAZINE İLE PAYLAŞTI.

"Baba olmak, sorumluluk hissinin ve karşılıksız sevginin maksimum olması"

Cevaplaması zor bir soru, baba olmak nasıl bir duygu?

3 evladım var; 1997 doğumlu kızım Zeynep ve 2008 doğumlu ikiz oğullarım Ömer Faruk ve Mehmet İrfan. Baba olmak, sorumluluk hissinin ve karşılıksız sevginin maksimum olması..

İlk çocuğunuzu kucağınıza aldığınızda ne hissetmiştiniz?

Kızım Zeynep 'i ilk kucağıma aldığımda, Allah'ın gücünü hissettim. Tarifi zor çok güçlü hisler.

Çocuklarınızı nasıl anlatırsınız?

Çocuklar bizim geleceğimiz, evlatlarıma baktığımda geleceğimize güveniyorum. Anne, babalarına ve vatanlarına, milletlerine hayırlı evlatlar olmaları beni çok mutlu ediyor.

Nasıl bir babasınız peki?

Bu soruyu çocuklarıma sormak gerekir.

Size benzerler mi karakter veya fiziksel olarak?

Evet benziyorlar. Özellikle annem çok benzediğimizi söyler.

Hem ikiz erkek çocuklarınız hem de bir kızınız var. Kız çocuklarının babaya düşkün olduğu söylenir, siz nasıl değerlendiriyorsunuz?



Anne, baba ile evlatlar arasında güçlü bir bağ var. Bence hepsi çok düşkün. Ama kızlar ilgilerini daha iyi ifade ediyor bu sebeple dışardan bakınca daha düşkünmüş gibi duruyor.

Çocuklarınız büyürken her ebeveyn gibi endişeler de büyüyor sanırım. Sizi en çok ne kaygılandırır?

Beni en çok ahlaki hızlı çöküş endişelendiriyor. Çocuklarımızı belli bir yaşa kadar kendi kontrolümüzde yönlendirebiliyoruz. Ama büyüdükçe kendilerinin birer birey olduğunu kabullenip ayaklarının yere sağlam bastığını da görmek istiyoruz. Aileleri, evleri dışında yaşadıkları huylarını ve düzenlerini değiştirebiliyor. Bunun ahlaki boyutu beni endişelendiriyor.

Onlara ilk olarak ne öğretmek istiyorsunuz?

İmanlı olmak, güzel ahlak sahibi olmak ve çalışkan olmak, çalışmak.

Çocuklarınızla ilişkiniz nasıldır? Neler yapıyor nasıl vakit geçiriyorsunuz?

Vaktimin çoğunu işlerimin yoğunluğu sebebiyle ev dışında geçiriyorum, evlatlarımla birbirimize ayırdığımız vakitler kısa süreli ve kıymetli oluyor. Genellikle pazar kahvaltılarımız çok keyifli oluyor. Birlikte vakit geçirebiliyoruz. Kızımla oğullarım arasındaki ilişki çok kuvvetli. Onların arasına tatlı suni nifaklar sokarak kavgalarını seyretmek çok hoşuma gidiyor.

Baba olduktan sonra babanızı daha mı iyi anladınız?

Kesinlikle kocaman bir EVET!

Babalar gününde siz babanıza ilk ne aldığınızı hatırlıyor musunuz?

Evet hatırlıyorum. Çorap almıştım.

Sizin ilk babalar günü hediyeniz ne oldu?

Çocuklarımın mektup diye verdiği karalama resimler. Hala hepsini saklarım, çok kıymetliler.







Hazırlayan : Emin BABACAN
Kral Grubu Program Müdür Yardımcısı



ideal BABA

Gökhan Türkmen

MÜZİK KARİYERİNDE SAĞLAM ADIMLARLA İLERLEYEN, ŞARKILARI KADAR MÜTEVAZİ YAŞAMIYLA DA HERKESİN ÇOK SEVDİĞİ BAŞARILI SANATÇI GÖKHAN TÜRKMEN, BABALAR GÜNÜ DOSYAMIZ İÇİN VERDİĞİ RÖPORTAJDA HEM KIZLARINI ANLATTI, HEM DE YENİ PROJELERİNİN MÜJDESİNİ VERDİ.



Kurduğunuz ekip, çalışmalarınız, klipleriniz ve hatta kazandığınızı müziğe yatırma çabanız şu dönemde sanat camiasında pek görmediğimiz hareketler. İzlediğiniz yolu anlatır mısınız?

Bu sektöre başladığımda en baştan aslında prodüktör olmak vardı. Prodüktör olmak isterken bir yandan da bir ekip kurmalıydım. Zamanla en baştan albümünden sonra Sinem ve Fatih ile birlikte yapım firması kurmaya karar verdik. Bu hem risk, hem de istediğimiz şeyleri rahatça yapabilmek olduğu için böyle bir karar aldık. Sonrasında ailemiz giderek genişledi ve firmamızdan sonra GtrDeneyEvi stüdyosunu da devralarak hem bize hem de etrafımızdaki sanatçı dostlarımızın da yararlanabileceği bir proje üstlendik. Her şey yolunda gidiyor. Emin adımlarla bu yolda yürümeye devam ediyoruz.

Hayatınızın nasıl bir dönemindesiniz?

Üretken bir dönemdeyim diyebilirim.Çocuklar büyüyor ve biz büyüyoruz. Aldığımız kararlar değişebiliyor. Ama genel olarak aynı yolda ilerlemeye çalışıyoruz. Şirketimizle ilgili bir gelişim süresi içerisindeyiz. Müzik ve çocuklarla dolu bir hayatım var.

Bir röportajınızda "Sahnede aksiyon ve hareket istiyorum." demişsiniz. Önümüzdeki günlerde sahnede farklı bir Gökhan Türkmen mi göreceğiz?

Sahnede daha hareket ve tansiyon istiyorum. Bu da yeni çıkaracağım albüme yansıyacak gibi gözüküyor.







Kendime ait şarkılar artınca dinleyenlerle iletişim de artıyor. Aradaki iletişim güzel olunca da sahnede daha özgüvenli ve kendi şarkılarını söyleyen, kendi şarkılarını dinleyenlere kabul ettirmiş biri oluyorum.

Son çalışmanız "Lafügüzaf"ın hikayesini anlatır mısınız?

Şarkıyı Ozan Turgut yazdı. İki dörtlük şeklindeydi. Sonrasında bu dörtlükleri müziğe oturttuk. Çok da hoşuma gitti. Lafügüzaf'ın ne demek olduğunu ben de bilmiyordum. Ozan değişik şeyler yazar, bulur ve araştırır. Bir kelime bulalım çok acayip olsun, kimse de bilmesin derdinde yapmadık şarkıyı.

Şarkının sözleri Ozan Turgut'a, müziği bana ait. Düzenlemesi ise GT Band ve Bora Uzer'e ait.

Önümüzdeki günlerde yeni çalışmalar var mı?

Bir şarkıya yükselip hemen çıkarmayı istediğimiz spontane zamanlar da olabiliyor. Bu yüzden kestiremiyoruz. Sürekli üretim halindeyiz diyebilirim.

Tribüte albüm projelerine sıcak bakıyor musunuz? Böyle bir projede yer almak ister misiniz?

Nazan Öncel'in Tribüte albümü içerisinde bir şarkı söyleme durumum var. Nazınla Dünya şarkısını çok söylemek istedim. Aslında o projenin içinde bahsettiğim şarkı yoktu. Ama ben şarkıyı çok seviyorum. Hatta daha önce de Nazan Hanım'dan kendi albümüm için istemiştim. Tribüte albümü çalışmasında oldukları için dışarı şarkı veremediklerini söylemişlerdi. Tribüte albümü için farklı şarkı önerisinde bulunmuşlardı. Ben Nazınla Dünya şarkısında ısrar ettim ve kabul ettirdim. Nazan Hanım da; "sen bu kadar istiyorsan bir bildiğin vardır" demiş.

İki kızınız var. Nil Rona ve Leyla Ada. Baba olmak karakterinizde, yaşamınızda neleri değiştirdi?

Enfes... Kesinlikle içinde insan ve canlı sevgisi derinlerde olan her erkeğin yaşaması ve tatması gereken bir duygu.

"Sessiz" isimli albümünüzün kapağında kızınız Leyla Ada'nın anne karnındaki fotoğrafı var. Bu fikir nasıl ortaya çıktı?

O dönem Sinem ikinci kızımız Leyla Ada'ya hamileydi ve ultrason görselini çektirmiştik. Bu sırada da Sessiz kapak görselini düşünürken aklımıza aramızdaki en sessiz kişinin Leyla Ada olduğunu düşünüp kapak görselinde de ultrason görselini kullanmaya karar verdik. Üzerine Cihan Erel ile de genişlettik. Hissiyatı kuvvetli bir çalışma oldu.

Onlara ilk olarak ne öğretmeyi istiyorsunuz?

Duyarlı olmak çok önemli... Her şeye, insana, doğaya, hayata... Bunları yapabildikleri sürece her şey çok rahat olur. Doğa, hayat bize çok mesajlar veriyor... Yeter ki görebilelim, duyabilelim.

Kime benziyorlar, anneye mi size mi?

Nil Rona'nın yüzü bana hareketleri ise Sinem'e benziyor. Leyla Ada'da Sinem'in küçüklüğüne benziyor.

Kızlarınızı ilk kucağınıza aldığınızda ne hissettiniz?

Nil Rona ilk doğduğunda kendimi çok şanslı hissettim. Sonra Leyda Ada gelince, iki kızımın olması anlatılmayacak derecede güzel ve keyifli bir şey. Onlarla uyanmak, onlara masal okumak, onlara şarkı söylemek ve dinletmek, beraber sohbet etmek beni çok mutlu ediyor. İki kızımın da bana anlatacağı ve öğreteceği çok şey olacak ve bunun için çok heyecalıyım.



Hazırlayan : Emin BABACAN
Kral Grubu Program Müdür Yardımcısı

Özgün ve Özel Bir Baba

YENİ PROJESİ "HAYALET" İLE HAYRANLARINA YENİDEN MERHABA DİYEN BAŞARILI ŞARKICI ÖZGÜN, ÖZEL VE ÖRNEK BİR BABA. DOWN SENDROMLU DÜNYALAR YAKIŞIKLISI OĞLU EDİZ İSE ONUN EN BÜYÜK HAYRANI. BABALAR GÜNÜ ÖZEL DOSYAMIZDA SÖYLEŞİ YAPTIĞIMIZ ÖZGÜN, KENDİSİ GİBİ BU ÖZEL DURUMU YAŞAYAN AİLELERE İLHAM KAYNAĞI OLUYOR.

Yeni çalışmanız "Hayalet" hayırlı olsun. Tam bir yaz şarkısı olmuş bu oluşum sürecinden bahseder misiniz ?

"Hayalet" şarkımızın hikayesi aslında klipte bana eşlik eden ve aynı zamanda konservatuardan arkadaşım olan Aslı Tandoğan tarafından geldi. Aslı'nın vesilesiyle Ozan Güneysu ile tanıştım. "Hayalet" şarkımızın söz ve bestesi Ozan'a ait. İlk duyduğumda hissettiğim samimiyet bana geçtiği anda bu projeyi yapalım dedim ve sonrasında da hızlıca her şeyi organize ettik. Klipte de bana eşlik ettiği için ayrıca Aslı'ya da sizlerin vesilesiyle teşekkür ederim. Kendisiyle çalışmak çok keyifliydi.

Gelelim Ediz'e... Biraz baba oma sürecinizden bahsetmek isteriz. Baba olacağınızı öğrendiğiniz ve Ediz'i kucağınıza aldığınız ilk an ne hissettiniz?

İnanılmaz bir an ve duyguydu. O zaman da söylemiştim. Sanki kalbim ellerimde atıyordu. Hem çok heyecanlı hem çook mutluydum.

Ediz özel bir çocuk, sizler de çok özel ailelerdensiniz, yorulduğunuz anlar oluyor mu? Sanırım en çok yoran çevre ve insanlara bu çocukları izah etmek, aksi halde içinde bulunduğunuz durumu yönetme konusunda zaten bilinçli ve başarılısınız.

Tabii. Çocuk büyütmek zaten yorucu. Açıkçası Ediz bizim ilk çocuğumuz olduğu için kıyaslama yapamıyorum. Diğer çocuklardan biraz daha erken daha 2 aylıkken başladık eğitime. Evlat sevgisi öyle bir şey ki her zorluğun üstesinden geliyorsunuz. Tabii anne ve babam inanılmaz yardımcılar. Eşim de, ben de çalıştığımızdan annemler çok yardımcı oluyor bize. Hep beraber büyütüyoruz Ediz'i sevgiyle. Çevre konusunda da elimizden geldiğince anlatmaya farkındalık yaratmaya çalışıyoruz. Ediz sosyal medyada çok ilgi görüyor. Takipçisi, seveni çok. Benden çok öyle diyeyim siz anlayın. Ediz diğer benzer durumdaki arkadaşlarından biraz daha şanslı bence. Benim de tanınır olmam sosyal hayatta şüphesiz yardımcı olsa da bize, çok zor durumda olan toplum içine giremeyen, girmeye çalışınca dışlanan çocuklar aileler tanıyorum. Normal sınıflara alınmayan okullara kabul edilmeyen çocuklarımız. Ediz biraz da onların sesi oluyor aslında.

Toplumda Down sendromlu çocuklara bakışla ilgili değiştirmek isteyeceğiniz ilk şey ne olurdu?

Bakışlar.. O garip dışlayan acıyan gözler. Maruz kalınan bakışları değiştirmek isterdim.

Pek çok sosyal sorumluluk projesinde yer alıyorsunuz, bu tür farkındalık projelerinin etkisi yeterli oluyor mu? Daha fazla neler yapılmalı?

Tabii ki yeterli değil. Tüm dünyada yüzlerce binlerce insan, gönüllüler var. Dernekler vakıflar... Hiçbiri yeterli değil. Ama gün geçtikçe anlayacak insanlar. İster down sendromlu olsun, ister otizmli, ister serebralpalsi olsun. Tüm çocuklarımız daha çok sevilmeyi ve daha iyi şartlarda yaşamayı eğitim görmeyi hak ediyorlar. Devletimize çok iş düşüyor. Ekonomik zorluklar yüzünden kaybolup giden çocuklarımızla dolu dışarısı.

Ediz'in eğitimi için neler yapmanız gerekiyor?

Ediz ikinci ayından itibaren fizyoterapi, duyu bütünleme, dil terapisi ve daha pek çok ders aldı zaman içinde. Her geçen gün bu dersler eklenerek devam ediyor. Biz ilk günden beri downtürkiye derneğiyle irtibattayız. Özel eğitim öğretmenleri de çok güzel yönlendiriyorlar bizi. Bunun dışında ana okul öncesi bir okula da gidiyor. Tüm çabamız ileride kendi ayakları üzerinde durabilen bir birey olması. Araştırıyoruz, okuyoruz, soruşturuyoruz. Elimizden geleni yapmaya çalışıyoruz.

Her ailenin özel eğitim aldırmaya imkanı olmuyor tabii, bu durumu nasıl değerlendiriyorsunuz?

Pahalı bir iş. Maalesef yurtdışında pek çok ülkede çok şanslı çocuklar. Devlet tüm eğitim sağlık masraflarını karşılıyor. Ülkemizde de şartlar eskiye göre daha iyi ama yetersiz ve üzücü. Devlet hastanelerinden aldıkları engelli raporuyla eğitimlerinin küçük bir kısmı karşılanabiliyor ki, o raporu da down sendromlu çocuklar da belli bir yaşa kadar almak çok zor. Oysa ki hemen başlamak lazım eğitime. Harcanacak 1 gün bile yok. Bakalım anlatmaya çalışıyoruz. İnşallah bir faydamız olur sesimizi duyan olur elbet.

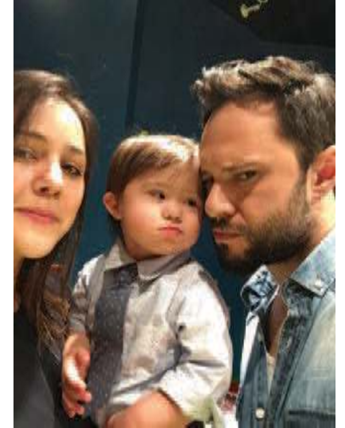
Ediz'in geleceğine yönelik ne gibi hazırlıklar yapıyorsunuz?

Daha çok küçük tabii. Biz şu anda adım adım ilerliyoruz. Sürekli takipteyiz. Geri kaldığımız yerleri tamamlamaya çalışıyoruz.



Ediz kime daha çok benziyor? Size mi annesine mi yoksa karışık mı:)?

Burnu anneye gerisi bana benziyor. Kopyam gibi. Aynı babası diyor herkes.



Birlikte neler yapmaktan hoşlanıyorsunuz?

Müzik dinlemek, parkta kaydırakta kaymak, salıncakta sallanmak hoşuna gidiyor, saklambaç oynamaya bayılıyor Uyumadan önce masal anlatıyorum. Özelikle omuzuma çıkmaya bayılıyor.

Sizi dinlemeyi sever mi?

Bayılıyor. En sevdiği şarkıcı benim.



Baba olmanın mesleğinize, müziğinize etkisi, yansıması nasıl oldu?

Tüm hayatımı pozitif yönde etkiledi. İşimi, hayatımı, mesleğimi çok daha ciddiye alıyorum artık.

Özel bir baba olarak geleceğe yönelik en büyük kaygınız nedir?

Ediz'in kendine yetmesi lazım. Güçlü bir birey olmalı. Kimseye muhtaç olmasın. Hayat acımasız. O yüzden benim oğlum da güçlü olmalı.



Babalar günüyle ilgili sizden bir mesaj alsak neler söylemek istersiniz?

Bizleri baba yapan anneleri ve çocuklarımızı sevgiyle kucaklıyorum..


Whaou!














Türkiye
yen
destin

BİRLEŞİK KRALLIK'TA İLK KADIN MÜSLÜMAN MİLLETVEKİLİ

YASMİN QURESHI...
İNGİLTERE'NİN İLK PAKİSTANLI MÜSLÜMAN KADIN MİLLETVEKİLİ...
DÜNYACA ÜNLÜ TASARIMCI ZEYNEP KARTAL; OURESHI İLE LONDRA'DA YAPTIĞI SÖYLEŞİDE AVRUPA'NIN İSLAMA BAKIŞINDAN, KUDÜS'TE YAŞANAN ZULME KADAR PEK ÇOK KONUDA KONUŞTU.

Hazırlayan : Zeynep KARTAL



> AVRUPA ÜLKELERİ ARASINDA MÜSLÜMANLARA YÖNELİK SON DERECE SALDIRGAN TAVIRLAR SERGİLEYENLER VAR, SİZİN DE BİLDİĞİNİZ GİBİ. BU ÜLKELERDE MÜSLÜMANLAR KÜÇÜMSENİYOR. İNSANLARI KAYNAŞTIRMA TAKLİDİ YAPAN GİZLİ BİR AYRIMCILIK VAR.

Sayın Qureshi, sizin gerçek bir başarı hikayesi olan bir yaşamınız var. Bize kısaca bu yolculuğunuzu anlatır mısınız?

Pakistan'da doğdum ve 9 yaşındayken annem, erkek kardeşim ve kız kardeşimle İngiltere'ye geldim. Londra'nın dışında Watford isimli bir kasabada yaşıyorduk. Londra'da hukuk eğitimi aldım. Avukatlık sınavlarına girdim ve ardından yüksek lisansımı da hukuk alanında tamamladım. Uzun süre avukatlığın yanı sıra Kosova'da Birleşmiş Milletler için çalıştım. Önce Ceza Hukuku Birim Koordinatörlüğü sonra Adli İşler Direktörlüğü yaptım. Yani bir anlamda orada Adalet Bakanlığı'nı kurdum. 2010 genel seçimlerinde Bolton-Güney Doğu'dan İngiltere Parlamentosu'na vekil seçilene kadar da avukatlık yaptım. Aynı zamanda adalet bakanı vekiliyim.

Asyalı ve Müslüman bir milletvekilisiniz. Çeşitlilik konusundaki görüşlerinizi bizimle paylaşır mısınız? Sizce geçen on yılda insanlar farklılıklara karşı daha mı hoşgörülüydü?

Ben İngiltere'nin ilk Pakistanlı Müslüman kadın milletvekiliyim. İngiltere Parlamentosu'nun artık siyahi, Asyalı ve Ortadoğulu milletvekilleri var.

En çeşitli kurumlardan biri olan Parlamento'da da deneyiminiz var. Sizce Avrupa ülkelerinde çeşitlilik yeterince teşvik ediliyor mu?

İngiltere'nin toplumsal yapısı son derece çeşitli. Sadece kültürel açıdan değil, dini özgürlüklerin yaşanmasına da imkan tanıyan bir ülke burası. İngiltere'nin bu özelliği benim için çok önemli. Avrupa ülkeleri arasında Müslümanlara yönelik son derece saldırgan tavırlar sergileyenler var, sizin de bildiğiniz gibi. Bu ülkelerde Müslümanlar küçümseniyor. İnsanları kaynaştırma taklidi yapan gizli bir ayrımcılık var. Oysa İngiltere'nin ana akım politikacılarının hepsi çok kültürlülük ve çok inançlılık konusunda hem fikir. Bazı Avrupa ülkelerinin aksine İngiltere'de çok sayıda camimiz var. Uluslararası çatışmanın ışığında, bazı insanlar arasında İslam ve Müslümanlığın batı kültürüyle uyumlu olmadığı yönünde son derece yanlış bir inanış var. Maalesef intihar bombacıları ve bazı Müslüman ülkelerin politikaları Batı dünyasında bu yanlış izlenimin oluşmasına neden oluyor. Örneğin Suudi Arabistan sıklıkla kendisini Müslüman bir ülke olarak ve İslam'ın temsilcisi olarak zikrediyor.





> İSLAM TARİHİ VE MÜSLÜMAN DÜNYANIN TIBBİ VE BİLİMSEL BULUŞLARI MAALESEF YETERİNCE BİLİNMİYOR. BU NEDENLE İLK YAPILMASI GEREKEN, ASLINDA ONLARA İSLAMI, İSLAM TARİHİNİ, SANATINI VE EDEBİYATINI VS. ÖĞRETMEK, TANITMAK.

Dünyanın bazı yerlerinde kendini gösteren İslamofobinin yükselişi hakkında ne düşünüyorsunuz? Bunun etkilerini Parlamento'da ve sosyal yaşamınızda hissediyor musunuz? Sizce İslamofobiye karşı savaşmanın en iyi yolu nedir?

İslam tarihi ve Müslüman dünyanın tıbbi ve bilimsel buluşları maalesef yeterince bilinmiyor. Bu nedenle ilk yapılması gereken, aslında onlara İslamı, İslam tarihini, sanatını ve edebiyatını vs. öğretmek, tanıtmak. Bunu nasıl yapabiliriz? Örneğin bir dergi ya da gazetede yanlış bilgi içeren bir yazı gördüğümüzde ya da televizyon ve radyoda benzer bir haberle karşılaştığımızda, onlarla iletişime geçip düzelttirmeliyiz. Ayrıca İslam tarihi, ülkesi için savaş veren; doktor, öğretmen vs. olan Müslüman kadınlarla dolu. Bu kadınlar hakkında öğretici videolar hazırlamak, ve bunları Youtube, Twitter gibi mecralarda yayınlamak, daha geniş kitlelere kendimizi anlatabilmek açısından son derece önemli.

Yakın zamanda Filistin'de, son derece acı şiddet olaylarına şahit olduk. Sizce dünya liderleri Kudüs'teki şiddeti durdurmak için aksiyon almalı mı ya da alacak mı?

İsrail tarafından Filistinlilere yönelik kötü muamele, Burma'daki Müslümanların yaşadıkları ya da ölenlerin yüzde 90'ının Müslüman olduğu Orta Asya'daki savaşlar, Müslüman ülkelerdeki kötü liderlik ve / veya lider yokluğundan kaynaklanıyor. Bence ilk çözülmesi gereken sorunların başında Şii ve Sünni çatışması geliyor. Aksi takdirde tüm İslam dünyası zayıflayacak ve yok olacak. Ramazan ayındayız ve Filistinliler düzenli olarak kötü muameleye maruz kalıyor; evler, yok ediliyor. Gazze, suyunun yüzde 94'ü zehirli olan bir esir kampı adeta. Birçok zengin Müslüman ülke ABD'yi etkileyebilir ama ne üzücüdür ki bunu yapmıyorlar.

Türkiye'ye gittiniz mi? Türkiye ve Türk insanı hakkındaki düşüncelerinizi bizimle paylaşabilir misiniz?

Türkiye'yi geçen sene ziyaret ettim ve kesinlikle ülkeyi ve insanları çok sevdim. Özellikle arkadaşlarım Zeynep Kartal ve Züleyha Özgül Türk misafirperverliğinin en güzel örneğini sergilediler. Cumhurbaşkanı Sayın Recep Tayyip Erdoğan'ı ziyaret etmek de benim açımdan son derece heyecan vericiydi.

Türk okuyucular için bir mesajınız var mı?

Türk halkı çok sevecen ve dost canlısı. İnşallah bu sene yeniden gelmeyi dört gözle bekliyorum.

DOĞRULARIN PEŞİNDE BİR LİDER HALUK YALÇIN

30 YILLIK PwC KARİYERİNDE HAYATA KARŞI DİK VE ŞIK DURMAYI İLKE EDİNEN PwC TÜRKİYE BAŞKANI HALUK YALÇIN, DAİMA DOĞRULARIN PEŞİNDE OLUP, HAYATA MEYDAN OKUMAKTAN ASLA VAZGEÇMEMİŞ. ZEKASI, ESPRİLİ KİŞİLİĞİ VE PAYLAŞMAYI SEVEN YÖNÜ İSE ONUN EN BELİRGİN ÖZELLİĞİ.





" Hep doğruların peşinde oldum, yanlışlara da hayata da meydan okumaktan hiç çekinmedim. "

Başarılarla dolu kariyerinizde sizin pusulanız neydi?

Ben ülkemin en güzel okullarında okuyarak hayata atıldım. Kadıköy Anadolu Lisesi bana hayata karşı dik durmayı, Boğaziçi Üniversitesi ise hayatın içinde şık durmayı öğretti. 30 yıllık PwC kariyerim ise geri kalan herşeyi... Hep doğruların peşinde oldum, yanlışlara da hayata da meydan okumaktan hiç çekinmedim, oldum olası kendime güvenmişimdir ve çoğunlukla kazandım ama yenilginin tadını da sıkıntısını da çok iyi bilirim. Yapacağın işin en iyisini yap, alacağın malın en iyisini al, yaşayacağın anı en güzel şekilde yaşa oldu pusulam. Bir de hep açık sözlü ve direk oldum. Birinin yüzüne söyleyemeyeceğim bir şeyi ardından asla konuşmam, ama yüzyüze çok samimi ve direk konuşurum. Paraya fazla değer vermem, paylaşmayı kazanmaktan daha çok severim.

Liderliğin tanımı nedir peki, lider olunur mu, doğulur mu ?

Bana göre lider zor zamanda gözlerin aradığı kişidir. Düz denizde herkes dümen tutar, fırtına gelince dümende kim olsun isterseniz doğal lider odur. Lider de doğulur, sonradan da olunur. Bazıları daha baskın karakter ve öne çıkan özellikleri ile liderliğe daha yatkındırlar ama yeteneklerini doğru değerlendirip kendilerini geliştirmezlerse bir süre sonra önce üretkenliklerini daha sonra da liderliklerini kaybederler. Oysa ilkeli, yetenekleri ile kısıtlarının farkında, kendisi ve çevresi ile barışık, değişime açık, çalışkan ve takım oyuncusu olan liderler fark yaratırlar ve uzun dönemler takımlarını arkalarından sürükleyebilirler. Gerçek liderde arayacağım bir özellik de takımdaşı aksadığında kollarını sıvayıp onu destekleyecek kadar konulara hakim ve insancıl olmasıdır, böyle bir liderin ardından sonuna dek gidilir.



" Gidecek çok yolumuz fethedecek çok kale var ama bunu yeterince istemek gerek. "

Uzun yıllar iş dünyasında aktif yer alan biri olarak Türk iş hayatını yıllar içindeki değişimini nasıl yorumluyorsunuz?

Büyük bir değişimi, harika bir ilerlemeyi bizzat gözlemledim. İyi eğitimli, zeki ve çalışkan bir kuşak ile büyük mesafe katettik. Kadınların iş yaşamına müthiş katkılar yaptığı bir döneme geldik ve bunu daha da öteye götürmeliyiz. Bu ara dünya konjonktürüne bağlı bir duralama dönemi olsa da gelecek bizim için çok şeyler vaad ediyor. Bu coğrafya çalışana çok cömert fırsatlar verir, ama o potansiyeli realize etmek için müthiş bir tempo ile koşmamız gerek oysa biz genelde kısa ve kolay yoldan başarıyı tercih eden bir toplumuz. Gidecek çok yolumuz fethedecek çok kale var ama bunu yeterince istemek gerek. Eğitime, üretime ve teknolojik gelişime odaklanarak geleceğe sıçramak zorundayız yoksa büyük bir fırsat heba olur ve daha hızlı koşanlar bizi geçer.

Türkiye'deki girişimci profilini nasıl değerlendiriyorsunuz?

Birbirini tamamlayan iki farklı resim var, biri uzun yıllara dayanan birikim ve üçüncü kuşakta kurumsallaşmayı tamamlayarak dünyada marka olmaya koşan büyük girişimcilerimiz diğeri ise küçük orta ölçekte, akıllı, fazlasıyla pragmatik, risk iştahı yüksek, düzenlemelerden fazla haz etmeyen ve hedefe koşmak üzere fazla engel tanımayan çok atik bir yeni jenerasyon. Bu kombinasyonülke olarak çok önemli bir gücümüz. Doğru yönlendirme, uzmanlık aktarımları ve uluslararası etkileşimler ile hedefleri bir bir yakalayacak bir Türk dalgası gelebilir, yeter ki hep birlikte enerjimizi doğru hedeflere yöneltelim.

Birlikte çalıştığınız ekibinize rol model olarak ne öneriyorsunuz?

Öncelikle her insanın kendini sürekli geliştirmesini ve tarzını oluşturmasını önemli bulurum. Hayatım boyunca kimseyi kendime rol model olarak almadım, elbette deneyimlerin paylaşımı ve etkilenme olmalı ama her birey kendi olarak birşeyler katmalı bu dünyaya. Bizi biz yapan ortak değerleri bulmak ve onları yaşamak çok önemli, bizim PwC'de yaptığımız gibi… Etik davran, fark yarat, birbirini önemse, birlikte çalış ve yapılabilecekleri yeniden düşle gibi değerlerin etrafında bütünleşmek kazanan formül.

Şansa inanır mısınız, şans faktörünün iş dünyasındaki yeri nedir size göre?

Birkaç dakika bile insanın tüm yaşamını değiştirebilir, o yüzden yaşadığımız hiçbir anı ıskalamamak gerek. Şans önemli ama siz iyi bir malzeme sunmuyorsanız hayat sadece şans ile gülmez insana. İş yaşamında doğru zamanda doğru yerde olabilmek önemli bir şanstır ancak önünüze çıkan fırsatları değerlendirecek kapasiteyi geliştirmek, öne atılacak cesarete sahip olmak ve ucundan tuttuğu işi başabilmek için şans yetmez çok daha fazlası gerek.

İş dışında sosyal hayatınızda neler yapıyorsunuz?

Sosyal yaşamda eğlenceli bir insan sayılırım. Arkadaş çevresinde hele keyfim de yerindeyse sohbet sırasında dostları gülmekten kırıp geçirdiğim olur. Küçükten beri hep muzip bir tarafım vardı, bu hiç değişmedi, sürprizlerle dolu bir yanım olduğu söylenir. Rahatlamak için müzik dinlerim ve film izlerim. Ufak tefek egzersizler ve seyir dışında sporla aram pek yok maalesef. Hatta düzenli yürümemi öneren diyetisyenime arabaya kadar yürürüm diyecek kadar da ukala bir tarafım var. Arkadaşlarla birlikte olmak, özellikle Avrupa'da iş için defalarca gittiğim yerleri gerçekten yaşamak üzere birkaç günlüğüne ziyaret etmek, fırsat bulunca ekonomi ve tarih okumak iş dışındaki zamanın detayları. Gitmekten en keyif aldığım iki sihirli nokta var, New York ve Göcek…

Sizi dinlendiren, konsantrasyonunuzu güçlendiren motivasyon kaynağınız nedir?

Ailem ve işim beni hep mutlu ve güçlü tutan iki önemli unsur. Eşim hem hiç bitmeyecek ilk aşkım hem de her zaman en iyi arkadaşım ve en güvendiğim sırdaşımdır. İş dışında oğlum ve eşim ile birlikte geçen zamanlar benim için en değerli anlar, hele bir de birlikte Göcek'e kaçabildiysek, hele bir de yelken yapabiliyorsak değmeyin keyfimize. Bunun ötesinde iş dünyasında belirli konumlara gelmiş çok değerli yönetici arkadaşlarla birikimlerimizi, aklımızı ülkenin geleceği için bir araya getirdiğimiz güçlü sivil toplum kuruluşlarındaki çalışmaları en keyif aldığım ve motivasyonumu arttıran faaliyetler arasında sayabilirim. Bu güzelim ülke için birşeyler yapabilmek, gelecek nesile birşeyler bırakabilmek benim için çok önemli ve değerli…



1. **Favori kokunuz?** CK one
2. **Unutmaktan korktuğunuz çocukluk anınız?** Çok sevdiğim rahmetli babamla geçirdiğim zamanlar.
3. **Bilgisayar mı,not defteri mi?** Bilgisayar.
4. **Deniz kenarı mı,dağ havası mı?** Deniz kenarı
5. **Papyon mu,kravat mı?** Kravat.
6. **İpek mi,kadife mi?** İpek.
7. **Otomatik mi,manuel mi?** Manuel.
8. **Site mi,mahalle mi?** Mahalle.
9. **Favori saatiniz?** Saat takmam.
10. **İskarpin mi,spor ayakkabı mı?** Spor ayakkabı.
11. **Çay mı,kahve mi?** Çay.
12. **Favori manzaranız?** Boğazın her manzarasına aşığım.
13. **Hayatınızın filmi çekilse ismi ne olurdu?** Crescendo.

Funda Yılmaz ile 5 çayı

SOSYAL YAŞAMIN SEVİLEN İSMİ FUNDA YILMAZ MUTLU EVİNİN KAPILARINI LADY MAGAZINE İÇİN AÇTI. ÖZENLE HAZIRLADIĞI 5 ÇAYI MASASI VE KEYİFLİ SOHBETİ İLE FUNDA HANIM, MİSAFİRPERVER BİR EV SAHİBİ.



Yeditepe Üniversitesi İngiliz Edebiyatı Bölümü'nü bitirdikten sonra New York Colombia Üniversitesi'nde eğitim hayatına devam eden Funda Yılmaz, Türkiye'ye döndükten sonra evlenmiş. Çocukları henüz çok küçük. Aren Can 3 yaşında ve Arden Leon ise henüz 8 aylık... 4 kişilik çekirdek bir aile olarak mutlu yaşamı için Funda Hanım kendisini çok şanslı hissettiğini her fırsatta dile getiriyor. " Vaktimin çoğunu çocuklarım ile geçiriyorum. Eğer eşim seyahatte değil ise muhakkak hafta sonlarını hep beraber geçiririz ve birbirimizden ayrı program yapmamaya özen gösteririz. Aile benim için bu dünyadaki en önemli kavram." Neşeli, zarif ve daima pozitif olan Funda Yılmaz, yaşanan her anın ne kadar değerli olduğunun daima farkında olunması gerektiğini söylüyor. "Hayatta her zaman bardağın dolu tarafını görmeyi tercih edenlerdenim. Anı kaliteli bir şekilde yaşamaktan keyif alırım, çünkü bilirim ki tekrarı olmayacak." İki çocuklu bir anne olarak enerjisi her zaman çok yüksek. Eğlenceli ve keyifli biri olarak dostları tarafından aranılan ve çok sevilen biri olan Funda Yılmaz'ın en bilindik özelliğiyse iyi bir sırdaş olmasıymış. Arkadaşlarının en ufak sorunlarında bile yanlarında olmayı tercih eden Funda Hanım, sosyal bir insan olarak hayatı dolu dolu yaşamayı seviyor. Yardımsever kişiliği sosyal sorumluluk projelerine gösterdiği hassasiyet ve desteğiyle de ön plana çıkıyor. Bir dönem, erken doğan bebeklerin yaşama tutunmalarını kolaylaştırmak ve hayatta kalmalarını sağlamak amacıyla kurulan ERDODER'in Yönetim Kurulu Üyelerinden olan Funda Yılmaz çocuklarının çok küçük olması sebebiyle istediği kadar ilgilenemese de gönül bağıyla bağlı olduğunu ve " Sonuna kadar destekçisiyim " diyor. Kendimi en güvende hissettiğim yer dediği evinde gerçek huzur ve mutluluğu bulduğu için şükrediyor. Kış mevsiminde, evinin kış bahçesinde vakit geçirmekten hoşlanıyor. Yazın ise Funda Hanım'ı terasta ya da bahçede dergisini okurken bulabilirsiniz. Mutfakta da oldukça başarılı Funda Hanım. Misafir ağırlamayı çok seven Yılmaz, jambonlu kiş, çikolatalı kek, çay kurabiyeleri ve su böreği masasının olmazsa olmazları arasında yer alıyor.





Ünlü İngiliz Porselen markası Royal Albert'ın 1962 yılında tasarladığı ve bugün hala dünyada en çok satan desen ünvanını taşıyan "Old Country Roses" koleksiyonuyla İngiliz bahçelerinin renklerini ve kokusunu sofralarınıza taşıyor.



Pablo Picasso'nun sevgilisi ve ilham kaynağı olarak tanınan Fransız fotoğrafçı, şair ve ressam Dora Maar'dan esinlenilen Jonathan Adler tasarımı olan vazonun her parçası, formları vurgulamak için sırsız mat porselenden yapılmış.



Paşabahçe'nin özel Osmanlı Koleksiyonu'ndan bir parça olan Hanedan İbrik, Topkapı Sarayı'nda yer alan ve 17. yüzyıla tarihlenen gümüş buhurdanın geometrik ve bitkisel motifleri yorumlanmış, desen olarak kullanılmış. Hanedan İbrik, el imalatı camdan üretilmiş, üzerindeki rölyef desenlerin tümü el işçiliği ile 24 ayar altın yaldız ve cam boyası kullanılarak dekorlanmış.

20. yüzyılın en üretken sanatçılarından sayılan Piero Fornasetti'nin, 350'yi aşkın farklı şekliyle resmettiği tek kadın yüzü olan Lina Cavalieri desenli dekoratif tabaklar evinin en güzel köşesinde... Lina Cavalieri'nin fotoğrafı bir Fransız dergisinde basılmasaydı, çoğu kişi ve en önemlisi Piero Fornasetti onu tanımayacak, yüzlerce obje ortaya çıkamayacaktı.





Hazırlayan : Aysun KABA

ÇALIŞAN KADIN

GİYİNİRKEN NELERE DİKKAT ETMELİ?

Kadın olmak güzel ama bir o kadar da zor. Hem iyi bir anne hem iyi bir eş hem çalışıp hem de bakımlı ve çarpıcı olmak. Çalışan ,üreten kadın her zaman çevresine kıyafetiyle de iyi mesajlar vermelidir. Kıyafetlerimiz konuşur; yaşam tarzınızı, nasıl bir işte çalıştığınızı, kültürünüzü, ekonomik durumunuzu, ruhunuzu belli eder. O yüzden de çok dikkatli olmanız gerekir. İstemeden yanlış mesajlar verebilirsiniz. Özellikle iş hayatı çok iddialı kıyafetleri kaldırmaz. Biraz dozunu kaçırırsanız, sizi ciddiye almaları zorlaşabilir. Çünkü kıyafetiniz kişiliğinizin önüne geçtiği anda ön yargılar başlar. Ancak iş giysileri aynı zamanda sofistike görünmenizi de sağlamalı. Sektör ile uyum içinde olmalıyız. Moda sektörü, medya, reklam veya sanatla uğraşılan bir sektörde avangard bir görünüm son derece rahat karşılanırken bir bankacı için aynı şeyi söylemek zor. Siz de bu sınırlar dahilinde zarif ve sofistike görünmeyi becerebiliyorsanız bu size iş hayatında avantaj sağlar, ancak bu sınırları aştığınız takdirde görüntünüz işinizin önüne geçer. Yanlış giyim kişiyi yorgun, silik, sinirli, soğuk, fazla sıcak, ciddi veya ciddiyetsiz gösterebilir.





- Ayaklı askınız varsa, haftanın 5 günü nasıl giyinmek istiyorsanız, fularınıza kadar asarsanız sabah kaktığınızda ne giyeceğim derdi olmaz.
- İş kıyafetlerini eğlenceli hale dönüştürmek sizin elinizde... Renkli aksesuarlar, fularlar
- Dekolteniz. Fazla dekolteden kaçınmalısınız.
- Mini etek giyiyorsanız altına muhakkak kalın çorap giyin.
- Omuzu açık kıyafetler giyinmeyin.
- Aşırı makyaj yapmayın.
- Belinizi açıkta bırakan kıyafetler giymeyin.
- Gömlek düğmelerinize dikkat edin.
- Düz ayakkabılarla da şıklığı yakalayın.(Topuklu ayakkabılarınızın yürürken çok ses çıkarmaması için altına lastik tarzında bir şeyler yaptırın.)
- İşyeriniz jean pantolon giyinmenize izin veriyorsa üzerine giyeceğiniz bluzun çok spor olmamasına dikkat edin (ceket, ipek gömlek, uzun inci kolyeler vs.)



GECE ELBİSELERİNİZDE DİKKAT ETMENİZ GEREKEN ŞİFRELER

Gece giyeceğiniz elbiseniz sizin önünüze geçmesin. Siz her zaman elbisenizin önünde olun. Bir davete giderken herkes en şık, en stil olmak ister. Ancak kıyafetimizin,gideceğimiz davetin konseptine uygun olmasına özen göstermeliyiz.Çok fazla abartıdan her zaman uzak durmalı, abartılı taşların, pulların kendi ışığınızın önüne geçmesine izin vermemeliyiz. Zarif bir görüntü hedeflemeli, bunun için de detaylara dikkat etmeliyiz. İşte gece elbisesi seçerken dikkat etmemiz gereken birkaç ipucu…

Gece elbisesi ama hangisi?
Gece elbisesi seçerken dikkat etmeniz gereken ilk unsur, nerede kullanacağınızdır. Bir davette mi,düğünde mi, iş yerinizin düzenlediği büyük bir organizasyonda mı yoksa doğum günü partiniz için mi? Eğer gideceğiniz yerin konsepti sürpriz ise sade olmaya özen göstermenizde yarar olduğunu söyleyebilirim. Canlı renkler tercih ettiğinizde kullanacağınız aksesuarların görünmez olması gerekir. Unutmayın, eğer abartı varsa kesinlikle stil sahibi olmalısınız. Parıltılar, ışıltılar, pullar, renkler, dekolteler şıklığınızı ele geçirmesin.
Öne çıkması gereken taşlar pullar değil, sizsiniz…



• Vücudunuza ve gideceğiniz davete uyumlu kıyafet seçimi yapmalısınız.
• Kesinlikle birkaç dekolteyi aynı anda kullanmamalısınız.
• Zamansız klasik kesimlerden vazgeçmemelisiniz.
• Işıltılar, işlemeler, boncuklar, fırfırlar, danteller ve abartılı renkler asla bir arada kullanılmamalıdır. (Ya kumaşı öne çıkarın ya da modeli)
• Kumaş seçiminizde dokusu iyi olan kumaşları tercih edin. Şifonlar, ipekler, krepler iyi seçimdir.
• Dik göğüslere ve geniş omuzlara sahipseniz straplez elbise tercih edebilirsiniz. Bu vücut tipi dışında straplez kesimler sizi zorlayacak bir tercih olabilir.
• Ayakkabı ve çanta aynı renk olsun takıntısından uzak durmalısınız.
• Basenleri geniş olan kadınların balık elbiselerden uzak durması gerekir. Çan elbise daha doğru bir tercih olacaktır.
- Stiliniz varsa çok fazla detay olsa da hiç yokmuş gibi görünür o da stil sahibi olmanın inceliğidir.



Hazırlayan : Ayşegül BAHAR

Avokado *ile Fit ve Sağlıklı* Yaşa

Avokado benzeriz bir meyvedir. Diğer meyveler karbonhidrattan zenginken avokado yüksek yağ içeriği ile farklılaşır. Besin değeri oldukça yüksektir. Avokadonun yağ içeriği ürkütücü gözükse de, avokado üzerine pek çok araştırma yapılmış ve elde edilen bilimsel veriler ışığında sağlığa pek çok açıdan olumlu katkısı olduğu belirlenmiştir. İşte avokadonun faydaları…

Avokado 20 den fazla vitamin ve mineral de dâhil olmak üzere pek çok besin öğesi açısından zengindir.

Protein: Orta boy bir avokado 4 gram protein içerir ki bu miktar pek çok meyvedekinden fazladır.

Yağ: Avokadonun ¾ ü sağlıklı yağlardan oluşmaktadır. Bu yağların önemli bir kısmı tekli doymamış yağ olan oleik asittir. Bu zeytinyağında da bulunan yağ türüdür. Tekli doymamış yağlar, kolesterolü düşürür, kalp ve damar hastalıkları ile inme riskine karşı koruyucu özellik taşır.

Şeker: Avokado tüm meyveler içinde şeker oranı en düşük olandır. Avokadonun şeker oranı %2 dir.

Vitamin ve mineraller: 100 gram avokadodaki vitamin ve minerallerin günlük ihtiyacı karşılama oranları şöyledir:

K vitamini: 26%.

Folat: 20%.

C vitamini:17%.

Potasyum:14%.

B5 Vitamini:14%.

B6 Vitamini:13%.

E vitamini:10%.

Magnezyum, Manganez, Bakır, Demir, Çinko, Fosfor, A vitamini, B1 (Tiamin), B2 (Riboflavin) ve B3 (Niasin) az miktarda içerir. Muzdan daha fazla potasyum içerir. Muz en iyi potasyum kaynağı olarak bilinir. Oysaki 100 gram muz günlük potasyum ihtiyacının %10'unu karşılarken eşdeğer miktardaki avokado günlük potasyum ihtiyacının %14'ünü karşılar. Potasyum vücutta PH oranını dengede tutarak sinir sistemine ve kaslara yardımcı olmaktadır. Ayrıca, kan basıncı seviyesini sağlıklı düzeyde tutarak tansiyonda dalgalanmayı önler. Potasyum, yüksek kan basıncı ve tansiyondan kaynaklanan kalp damar hastalıklarına yakalanma riskini azaltmaktadır. Kalp dostu tekli doymamış yağlardan zengindir. Avokadodaki kalorinin %77'i yağlardan gelmekte ve bu özelliği ile en yağlı bitkisel besindir. Avokadodaki yağların çoğu oleik asittir. Oleik asit zeytinyağında da bulunan ve zeytinyağının faydalarının önemli bir kısmını oluşturan tekli doymamış bir yağ asididir. Oleik asidin vücutta inflamasyonu azalttığı ve kanserle ilişkili genler üzerinde faydalı etkileri olduğu bilimsel çalışmalarda gösterilmiştir. Avokadodaki yağlar ısıya bağlı oksidasyona karşı oldukça dirençlidir ve bu nedenle yemek pişirmede sağlıklı bir yağ seçeneğidir.

4. Yüksek miktarda lif içerir.100 gram avokado 7 gram lif içerir ve bu da günlük önerilen lif alımının neredeyse %30'unu karşılamaya yeterlidir. Bunların %25'i çözünür ve %75'i çözünmez liftir. Lifli gıdalar kilo vermeye, kan şekerini dengelemeye, bağırsak sağlığını korumaya ve pek çok hastalığın önlenmesine yardımcı olur.

5. Kolesterolü ve trigliseridi düşürür.

Kalp hastalıkları tüm dünyada en yaygın ölüm nedenidir. Kötü kolesterol ve trigliserid yüksekliği ile iyi kolesterolün düşüklüğü kalp hastalıkları açısından risk faktörleri olarak kabul edilir. Avokado üzerinde yapılan sayısız çalışmaya göre avokado tüketimi trigliseridleri %20, kötü kolesterolü %22 oranında düşürür ve iyi kolesterolü %11 oranında artırır.

6. Avokado yiyenler daha sağlıklıdır.

ABD'de yürütülen ve yaklaşık 18000 kişi ile gerçekleştirilen çalışmada avokado tüketenlerin daha sağlıklı oldukları tespit edilmiştir. Kalp hastalıkları ve diyabet için risk faktörü kabul edilen metabolik sendrom görülme sıklığı, avokado tüketenlerde tüketmeyenler kıyasla yarıya düşük bulunmuştur. Türkiye'de her 3 kişiden birinde metabolik sendrom görüldüğü gerçeğini düşünürsek bu veri son derece önemlidir. Avokado tüketenlerin daha düşük kilolu, bel çevreleri daha ince ve iyi kolesterollerinin daha yüksek olduğu da araştırma bulguları arasındadır. Bir başka çalışmada da avokado tüketimin kilo vermeye yardımcı olabileceği belirlenmiştir. Araştırmada insanlara avokado içeren ve içermeyen olarak eşdeğer kaloride iki farklı yemek yedirilmiştir. Avokadolu yemek yiyenlerin yemekten sonraki 5 saat içinde yeniden yemek yeme isteği %28 daha düşük bulunmuştur. Bu durum avokadonun kalıcı tokluk hissi verdiğini göstermektedir.



Dr. Cansen KUT
Medikal Estetik Uzmanı

ESTETİK HATALARI

Beğenilme ve güzellik ihtiyacı, yüzyıllardır oturduğu tahtındaki yerini kimseye devretmedi. İnsanoğlu doğduğu andan itibaren önce çevresi tarafından beğenilen, sonrada kendisini çevreye beğendirmeye çalışan birey haline dönüşüp, bunun önemini fark etti. Günümüzdeki güzellik anlayışı tarih boyunca geldiği yeri terk ederek, çok farklı anlayışlara dönüşmeye başladı. Sosyal medyanın hızla gelişmesi ile birlikte, sanal alemdeki ilizyona uğramış güzellik algısı, gerçek yaşamla birleştiğinde beklenilen sonuçları vermemeye başladı. Buna bir de estetik dünyasındaki uygulayıcıların hırsları, Pr yarışına girmeleri ve yanlış uygulamalar eklenince, estetiğin elindeki sihirli değnek birden büyüsünü kaybedip, "acaba" sorusuyla karşı karşıya geldi. Akıllı telefonlarımızdaki aplikasyonlar, olmayan yüzler yaratıp, kişinin bu konudaki ısrarı ve uygulayıcının "yapabilirim" diyerek talihsiz cesareti ile birleşince, eleştiriler pik noktasına ulaşmaya başladı. Anlayış olarak yaklaştığımız estetikteki uygulamaların doğallığı, bir süre sonra hastanın kabusu haline dönüştü. Özellikle orta hat uygulamalarındaki, dolgular ve dudaktaki oversize istekler bir süre sonra yüzdeki naif görüntüyü daha android hale çevirmeye başladı. Zamanın sizden aldığı, aynada görmeye alışık olduğunuz yüzün hatta birazda orantısal eksikliklerin giderilmesi tabii ki en doğal hakkınız. Ancak bu oranları belirlerken ana kural; dozu eksildiği kadar koymaktır.

20'li yaşlardaki istekler ve hatalar;

Bu yaşlarda en çok cilt problemleri ile karşılaşıyoruz. Ergenliğin bitimiyle birlikte, geride bıraktığı akne izleri, lekeler bu yaşların en çok görülen problemleri. Özellikle genç kızlar arasında yaygın olan, dudakların biraz daha şekilli ve dolgun olması, kaşların şekillendirilmesi en çok istenilen uygulamalar. Dudakların çok fazla doldurulmasıyla ya da kaşların yanlış alınması sonucu yapılan kontur hataları, bu yaşlarda karşımıza çıkıyor. Akne izlerinin ve lekelerin giderilmesi için uygulanmış olan leke tedavisi, doğru uygulanmazsa daha kalıcı ve daha ciddi sonuçlar verebiliyor.

30'lu yaşlarda istekler ve hatalar;

Kırışıklıkların, zamanla yüzdeki yağ dokusunun ve kollojen üretiminin azalması ile birlikte, doku kaybının ilk başladığı ve aynada ilk çizgilerin görüldüğü yıllar. Bu esnada yapılmış olan botokslar, dolgular ve lazer uygulamaları, yanlış uygulamalar ile birlikte ilk kötü sonuçlarını vermeye başlar. Bu tür uygulamaların tek avantajı, birkaç ay sonra gerilemesi ve geçmesidir.

40 ve 50'li yaşlarda istekler ve hatalar;

Otuzlu yaşlarda önlemin alınmaması ile birlikte, doku kaybının arttığı ve artık bir şeyler yapma ihtiyacının iyice belirginleştiği, cerrahi müdahalelerin başladığı ve hatta uygulanıldığı dönemlerdir. Bugüne kadar yapılan medikal estetik uygulamalarında her şey geri dönüşebilirken, cerrahi uygulamaların handikapı bir daha asla eski haline dönüşemeyecek olmasıdır. Özellikle yüz germe, göz kapağı, gözaltı torbası operasyonlarında oluşan komplikasyonlar hayat boyu kalacak izlere yol açar. Bu dönemde yapılmış, yanlış liposuction, karın germe ve meme operasyonları da hasta için gerçekten sıkıntılı dönemler oluşturabilir. Cerrahi operasyonlara karar vermeden önce, bundan emin olup olmadığınızı ve doğru doktoru seçip seçmediğinizden çok emin olmalısınız. Unutulmamalı ki cerrahi işlemler, bir şeyleri değiştirmek üzere yapılan yöntemlerdir ve beklenen sonuç mevcut durumdan daha güzel olması amaçlanarak başvurulur. Eğer ki hayatınızda mutsuz sonuçlara yol açacaksa yaptırmamak çok daha doğru bir karardır.

60 yaş ve üstü istekler ve hatalar;

İnsan hayatında yaş ortalamasının çok uzadığını göz önünde alırsak, 60 yaş ve sonrası estetik bazı girişimlerin uygulanması için hiçbir zaman geç kalınmış sayılmaz. Fakat yine bu yaştan sonra bazı sağlık sorunları ve cerrahideki anestezinin yan etkileri göz önüne alınacak olursa, iyi bir check-up'tan geçtikten sonra, bir sağlık probleminiz yok ise bu tür uygulamalara başvurmanızı öneririz.



Hazırlayan : Şef Ayvaz AKBACAK

SOYULMUŞ BAL KABAĞI ALMAYIN!

Balkabağı alırken, önceden soyulmuş ve ambalajlı olanları tercih etmemelerini öneren uzmanlar, balkabağını yemeden önce soymalarını ve doğramalarını tavsiye ediyor.







Sevgili Lady Magazine okuyucuları bu sayıda köşemde sizlere mevsimi geçse de yine marketlerde bulabileceğiniz bir meyve olan bal kabağından bahsedeceğim. Neden bal kabağı? Çünkü yazın gelmesiyle artık doğal bronzluk ve sağlıklı bir cildimiz olmalı. Bal kabağının o kadar faydası var ki saymakla bitmiyor. En çok da doğal bronzluk sağladığı için, yaza uygun, pratik ve herkesin yapabileceği tarifleri de sizlerle paylaşmak istedim. Şimdiden güzel bir yaz, neşe sağlık dolu günler sizin olsun. Bakalım bal kabağı nelere faydalıymış lezzetiniz daim olsun :)

Her şeyden önce bal kabağının renginden dolayı karotenoid olduğu söylenebilmektedir. Yani bal kabağı beta karotendir ve antioksidan özellik göstererek, kalbi ve cildi koruyan etkilere sahiptir. Aynı zamanda bal kabağı, güneşten alınan zararlı ultraviyole ışınların etkileri sebebiyle ortaya çıkan serbest radikallerle savaşan bir etkiye sahiptir.Balkabağının faydaları arasında ayrıca, bağışıklık sistemini güçlendirmesinden ve kolesterol seviyesini kontrol altında tutmasından da söz etmek gerekmektedir. Balkabağının faydaları arasında, yaşlanma etkilerini geciktirmesi ile birlikte, katarakt riskini ortadan kaldırmasından da söz etmek gerekecektir; çünkü balkabağı alfa karoten özelliği de göstermektedir. İçeriğinde yoğun olarak bulunan liflerden de söz etmek gerekmektedir. Kabağın faydalarına etkisi söz konusu olan lifler, bağırsakların çalışmasını kolaylaştırır; hazmı hızlandırır; dolayısıyla hızlı bir metabolizma durumu ortaya çıkmaktadır. Balkabağının içerisinde bol miktarda potasyum ve çinko da bulunmaktadır. Potasyum, yüksek tansiyon hastalarında tansiyonu dengeleyici özellik sergilemektedir. Çinko ise, kemik yoğunluğunu arttırır. Kemik yoğunluğunu arttıran çinkonun kabak içerisinde bol miktarda bulunması sebebiyle, kemik erimesi problemi ile karşı karşıya olanların kabak çekirdeği tüketmeleri önerilmektedir.

Balkabağının faydaları arasında, böbrek oluşumunun engellenmesinden de söz etmek gerekmektedir. Balkabağı içerisinde kalsiyum yer almaktadır; ve kalsiyum, böbrek taşı oluşumunu önlemektedir. Bu durum yapılan çok sayıda araştırma ile kanıtlanmıştır. Balkabağının kabuklarını soymanın ne denli zor olduğunu çok kişi bilmektedir.





Bu nedenle de balkabağının kabukları soyulmuş şekilde satılmaktadır genellikle. Balkabağı alırken, renginin koyu turuncu ve parlak olmasına da dikkat etmeniz gerekmektedir. Bu şekilde olan bal kabaklarının tatları daha tatlıdır ve daha kolay piştikleri bilinmektedir. Balkabağı ile kabak tatlısı yapmak isteyenlerin, balkabağının şekerini bir gün önceden koymaları önerilmektedir. Şekeri bir gün önceden kabak tatlısı yapılacak olan balkabağına konulduğunda, kabak şekeri çekecek ve suyunu bırakacağı için daha erken pişecektir.Balkabağının hem göz hem de beyin sağlığı için mükemmel bir besin olduğunu belirten uzmanlar, balkabağının kolay sindirilebilme özelliğiyle mide ve bağırsaklar için de birçok faydasının bulunduğu bilinmektedir. Yetişen, balkabağının bol miktarda lif içermesi nedeniyle gıdalar ile alınan toksinlerin atılmasına ve kolesterolün düşmesine de yardımcı olduğuna işaret eden uzmanlar, bu ürünün kabızlık ve basur sorunu olanlara da tavsiye edilmektedir.



İBNİ SİNA'NIN KİTAPLARINDA ŞİFA KAYNAĞI

Buharalı ünlü Türk hekimi İbni Sina'nın kitaplarında da bal kabağının şifa verici özelliklerinden söz ediliyor. Bal kabağı kolay sindirilebilmesi ve önemli özellikler taşıması nedeniyle soframızdan eksik edilmemesi gereken bir besin. 100 gram balkabağı protein, karbonhidrat, lif, fosfor, kalsiyum, demir, sondum, potasyum, A, B1, B2, B3, C ve E vitaminlerini içerir. Kolesterol ise içermez.Balkabağı tohumları ayrıca birçok kişinin yeteri kadar almadığı bir besleyici madde olan magnezyumu da bol miktarda içerir. Kaslarınız düzenli işleyişlerini yerine getirebilmek için magnezyuma ihtiyaç duyar.

TOHUMUNU DA TÜKETİN

Yaklaşık 28.3 gramlık balkabağı tohumu tüketmek, günlük magnezyum ihtiyacınızın belli bir kısmını karşılar. Daha lezzetli sonuçlar alabilmek için tohumları zeytinyağı, sarımsak ve biberle karıştırarak pişirebilirsiniz. Baharatlarla karıştırdığınız tohumları yağlı pişirme kağıdının üzerine serpin ve yaklaşık 130 derecelik bir fırında yarım saat pişirin. Altın rengini alınca ve kıtır kıtır bir kıvama gelince fırından çıkartın.





BRONZLAŞTIRAN MUSKA BÖREĞİ

MALZEMELER:

500 gr balkabağı
5 adet taze soğan
2 diş sarımsak
3 adet havuç
1 demet maydanoz
1 demet dereotu
300 gr yağsız kaşar peyniri
Tuz
Karabiber
10 adet yufka

YAPILIŞI:

Kabakları ve havuçları iri parçalar halinde haşlayın. Taze soğan, dereotu ve maydanozları ince bir şekilde doğrayın. Rendelenmiş peyniri, baharatları, haşlanmış kabakları ezip bir harç elde edin. Yufkalarınızı üç parmak genişliğinde uzunlamasına kesin ve yapılan harçtan bir çorba kaşığı koyarak üçgen bir şekilde katlayın ve yumurta sarısına batırıp kapatın. 200 derece ısıtılmış fırında kıtırlaşana kadar fırınlayın.

MANTARLI BRONZLAŞTIRAN ÇORBA

MALZEMELER:

500 gr bal kabağı
4 adet havuç
1 bardak portakal suyu
4 adet sivri acı biber
1 demet dereotu
300 gr mantar
1 tutam tuz karabiber
1 tutam pul biber
1 tutam keten tohumu

YAPILIŞI:

Havucu ve balkabağını rendeleyin. 4 su bardağı su ve portakal suyunu ilave edip güzelce kaynatın. Bir tavanın içine çok az zeytinyağı koyup, sivri biberleri hafifçe soteleyin. Küçük parçalar halinde doğradığınız mantarları da ekleyip soteleyin. Kaynayan bal kabağını blendırdan geçirin ve sotelenmiş mantarı, biberi ve baharatları ekleyip kıvamını zevkinize göre ayarlayın ve servis yapın. Bu çorbayı soğuk veya sıcak tüketebilirsiniz.

BRONZLAŞTIRAN LOR PEYNİRLİ KABAK SALATASI 6 KİŞİLİK

MALZEMELER:

1 kilo bal kabağı
5 adet havuç
2 su bardağı portakal suyu
1 adet nar
250 gr lor peyniri
Tuz
Kara biber
1 çorba kaşığı zeytinyağı
1 tutam taze kekik
1 adet kırmızı pancar turşusu

YAPILIŞI:

Havuç ve pal kabağını rendeleyin, portakal suyunu ve bir bardak suyu koyulaşana kadar kısık ateşte kaynatın. Püre haline gelene kadar kaynatın. Koyulaştıktan sonra blendırdan geçirin ve içine tuz, karabiber ekleyin. Kare bir tepsiye boşaltıp soğumaya bırakın. Diğer taraftan narları tane halinde bir kaba alın ve lor peyniri ile karıştırın servis tabağınızın ortasına soğumuş olan kabağınızdan kare bir dilim çıkartıp yerleştirin. Dondurma kaşığı veya çorba kaşığı ile narla karıştırdığınız lor peynirinden kalıp şeklinde çıkartıp kabağınızın üstüne yerleştirin. Küp şeklinde doğradığınız kırmızı pancar turşusu ve taze kekikle tabağınızı süsleyin. En son üzerine zeytinyağı gezdirip servis yapın.



BİR İTALYAN KLASİĞİ: SERAFİNA RESTAURANT

İtalyan mutfağının İstanbul'daki en önemli temsilcilerinden Serafina, şık ve rahat atmosferi, zengin menüsü ile hem öğle hem akşam yemeklerine eşsiz bir lezzet sunuyor. Serafina, Akmerkez ve Vadistanbul şubelerinden sonra Haziran ayında Bodrum'da yepyeni şubesiyle ve yenilikleriyle hizmetinizde. Eşsiz yemekleri ve sunumuyla damaklarda unutulmaz izler bırakan Serafina, bu yaz Küçükbük'teki Bodrumlu müdavimlerini ağırlayacak.



Metin Şen'in sahibi olduğu 2014 yılında Türkiye'deki ilk şubesini İstanbul Akmerkez'de, 2017'de de Vadistanbul AVM'de açan Serafina, büyümesini sürdürerek yepyeni konseptiyle bu yaz Bodrum'a iddialı giriş yapıyor. Sade ve özgün tarzı, iddialı İtalyan mutfağıyla konfor ve lezzeti birleştiren mekan, Serafina Mare olarak Küçükbük'te ...

Yemek Keyfine Canlı Müzikle Renk Katıyor !

Zengin menüsüyle müdavimlerini ağırlayan Serafina, Vadistanbul'da hafta içi belirli günlerde ve hafta sonu gerçekleşen canlı müzik ile yemek keyfine renk katıyor. Bodrum Küçükbük Serafina Mare, salı ve cumaları DJ Ali Sayar, cumartesileri de ünlü DJ Doğuş Çabakçor'un canlı müzik sunumuyla yaz günlerine keyif katacak. Eşsiz doğa manzarasıyla mavi ve yeşilin buluştuğu yerde konumlanan Serafina Mare, beach ve restaurantıyla hizmet verecek.





Konforlu ortamı, şık dekorasyonu ve sıcak ambiyansı ile her zevke hitap eden Serafina, taze ürünleriyle lezzet tutkunlarının buluşma noktası. İtalyan mutfağı denince akla gelenlerarasında olan incecik hamurla hazırlanan İtalyan pizzasının bol çeşitli menüsü ve el yapımı makarnalarıyla haftanın her günü hizmet sunuyor.



Bodrum Küçükbük'e yenilikler getiren Serafina, mekana tekne ile VIP ulaşım hizmeti, teknelere yemek servisi, özel davetler ve happy hour partileri ile hem lezzet hem eğlenceyi bir arada sunuyor.





Serafina Vadistanbul

Ayazağa Mahallesi,
Cendere Caddesi
No:109N/12, 34396
Sarıyer/İstanbul
0 212 803 30 35

Serafina Mare

Küçükbük Sahil Şeridi,
Küme Evleri, No:1
Seba Gliss Residence,
Gündoğan / Bodrum
0532 211 13 13

Serafina Akmerkez

Etiler Nispetiye Cad.
Akmerkez AVM
Beşiktaş / İstanbul
0 212 351 77 77

DÜNYAYI BİR BİLENE SOR

"DÜNYAYI BİR BİLENE SOR" MOTTOSUYLA SEYAHAT TUTKUNLARINA DÜNYANIN KAPILARINI AÇAN PRONTOTOUR, RAMAZAN BAYRAMI'NDA ÇİFTE İNDİRİM KAMPANYASIYLA ÇİFTE BAYRAM YAŞATIYOR. RAMAZAN BAYRAMI'NI İSTER YURT DIŞI İSTER YURT İÇİ TURLARIYLA TATİL FIRSATINA DÖNÜŞTÜRMEK İSTEYENLERE PRONTOTOUR'DAN MUHTEŞEM ÖNERİLER:



















İTALYAN KLASİĞİ

Dünyanın turizmde en gözde ülkelerinden olan İtalya, bayram tatilinin klasik tercihleri arasında yer alıyor. Roma, Milano, Venedik, Floransa, Napoli, Bologna gibi şehirlerin yer aldığı turların yanı sıra dünyaca ünlü turkuaz sularıyla Amalfi sahilleri ve muhteşem doğasıyla Puglia bölgesi gidilebilecek sıra dışı yerleri oluşturuyor. Enfes lezzetleri ve mimarisiyle Sicilya bölgesi farklı bir İtalya turu isteyenlere hitap ediyor.

SIRA DIŞI BİR ALTERNATİF: PORTEKİZ-ENDÜLÜS

Portekiz-Endülüs turu, bayram tatilinde alternatif bir seyahate çıkmak isteyenleri bekliyor. Kadim kültürü ve benzersiz mimarisiyle Endülüs'ün ünlü şehirleri Sevilla, Granada ve Cordoba'da Arap egemenliğinin etkilerini yaşayıp, Portekiz'de Lizbon ve Porto şehirlerinde bambaşka bir kültüre merhaba deme fırsatı seyahatseverleri bekliyor. Bunun yanı sıra İspanya'nın eşsiz kültürünü keşfetmek isteyenler için klasik İspanya turları da bulunuyor.

YAKIN OLSUN DİYENLERE: BALKANLAR

Yakın rotalarda bayram tatili isteyenler için ise çok seçenekli Balkan turları alternatif oluyor. Tarihi, doğası, eğlenceli gece hayatıyla Budva, Arnavutluk, Belgrad ve Dubrovnik turları gezginlere unutulmaz bir bayram tatili sunuyor.

EĞLENCE, SANAT VE ROMANTİZM: BENELÜKS-PARİS

Avrupa kültürünü yakından tanımaya olanak veren Benelüks-Paris turları, tek turla birden fazla ülkeyi görme fırsatı sunuyor. Eğlence, sanat ve romantizmi bir arada yaşamak isteyenler için ideal olan bu paket ile bayram tatili unutulmaz bir anıya dönüşüyor.

İSTER UZAK ROTALAR İSTER KISA ŞEHİR KAÇAMAKLARI

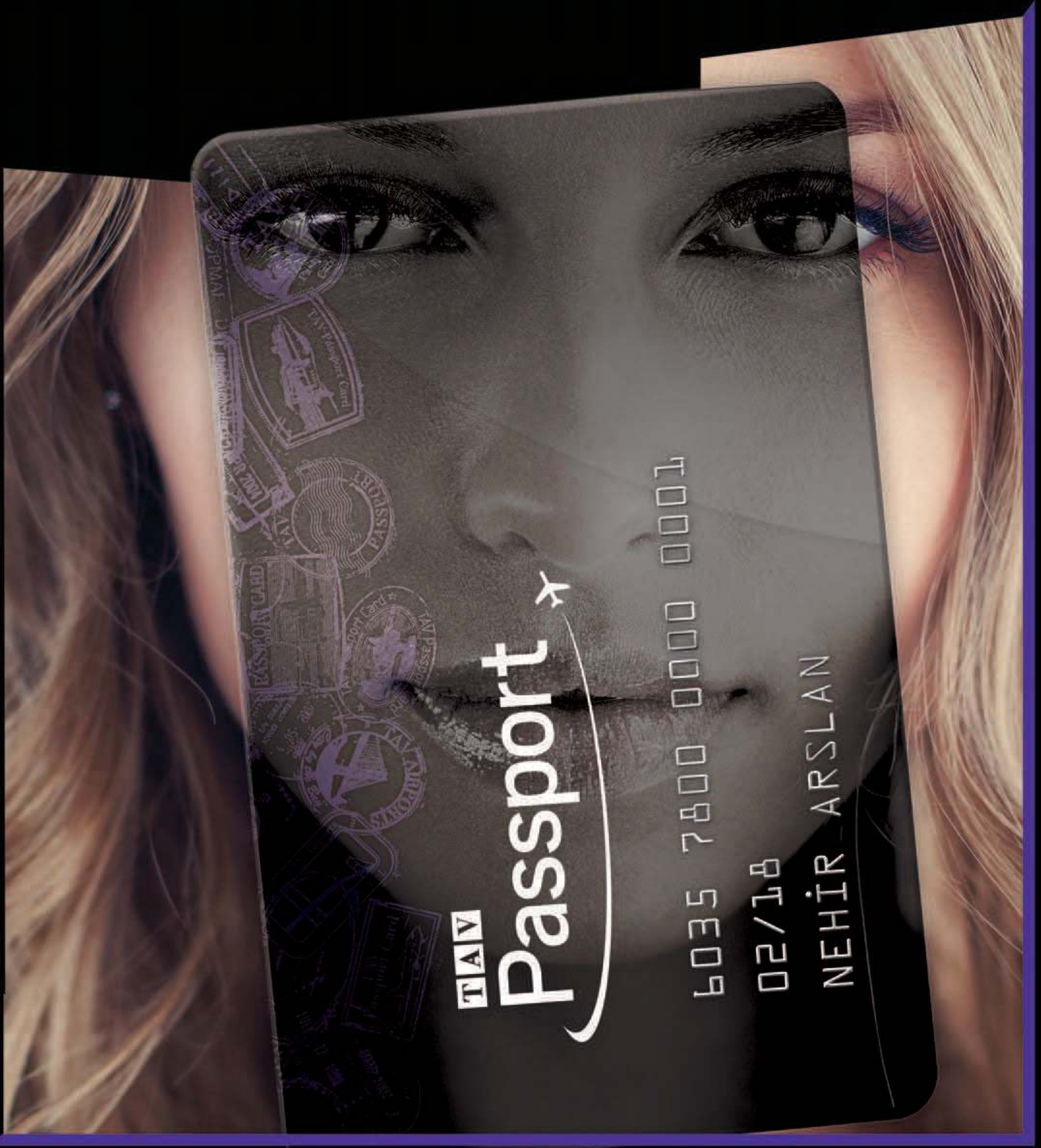
Bayram tatilinde uzak rotaları tercih eden seyahat tutkunları, artık her mevsim gidilen Vietnam, Uzakdoğu, Küba turlarıyla bambaşka coğrafyaları ve kültürleri tanıma şansı buluyor. Kısa tatil yapmak isteyenler için ise Paris, Nice, Roma, Barcelona, Saraybosna, Dubrovnik, Budva, Belgrad gibi "Şehir Kaçamakları" turları alternatif oluyor.

BALTIK ÜLKELERİNDE BEYAZ GECELER

Sıra dışı bir seyahat deneyimi vaat eden İskandinav ülkeleri, son dönemin gözde rotaları arasında yer alıyor. Avrupa mimarisinin ihtişamlı yapıları ve Viking kültürünü keşfetmek isteyenler, Baltık turlarını tercih edebiliyor. Ayrıca mevsim itibariyle bayram tatilinde ünlü Beyaz Geceler'i deneyimleme fırsatı da gezginleri bekliyor.

YURT İÇİNDE "KÜLTÜR TURLARI"

Bayram tatilini yurt içi seyahatiyle değerlendirmek isteyenler, muhteşem doğası ve gurme lezzetleriyle Karadeniz, benzersiz coğrafi yapısıyla UNESCO Dünya Mirası Listesi'nde yer alan Kapadokya ve son dönemlerin en popüler rotası Eskişehir seyahat tutkunlarına yurtiçinde alternatif oluyor. Ayrıca deniz, kum, güneş tatili tercih edenler için Ege, Akdeniz ve Kıbrıs keyifli bir bayram tatili seçeneği.



Sadece size özel.

Havalimanındaki özel güvenlik noktalarından vakit kaybetmeden geçecek, 30 gün boyunca otopark ve vale hizmetleri için ücret ödemeyecek, transfer hizmetinden yararlanabilecek, lounge'larda konforun keyfini çıkaracak, duty free'de indirimlerden yararlanabilecek, havalimanında vaktinizi kendinize ayırabilecek en önemlisi havalimanında benzersiz ayrıcalıklara sahip olacaksınız. Bu ayrıcalıklara sahip olmaya ne dersiniz?

Havalimanında Ayrıcalığın Kartı

@TAVPassport **444 25 75**

TAV İşletme Hizmetleri A.Ş.


Fatoş Saka, Atıl Kutoğlu

ATIL KUTOĞLU İLE YAZA MERHABA

Dünyaca ünlü modacımız Atıl Kutoğlu'nun İlkbahar/Yaz 2018 ve Pre-fall 2018 koleksiyonları, geçtiğimiz günlerde seçkin davetlilerin katılımıyla Conrad İstanbul Bosphorus'ta gerçekleşti. İlk kez Mercedes-Benz Fashion Week İstanbul'da görücüye çıkan koleksiyonlar, 1950 ve 60'ların Paris'inden izler taşıyor. İstanbul cemiyet hayatından Heves Ekinci, Henza Çolakoğlu, İman Çolakoğlu, Belkıs Aksoy, Banu Aksoy Tarakçıoğlu, Nilüfer Dinçkök Çiftçi, Hülya Çiftçi, Buket Taşdelen, Nebahat Kutmangil başta olmak üzere pek çok ünlü simanın katılım gösterdiği etkinlikte Kutoğlu'nun koleksiyonları büyük ilgi görürken, çok özel parçalar da gerçekleşen satışlarla gardıroplardaki yerlerini aldı.


Heves Ekinci


Nida Kolay


Zülal Kaso


Selin Gençoğlu

DERİN MERMERCİ X NETWORK İLKBAHAR / YAZ 2018 KOLEKSİYONU ÖZEL BİR DAVETLE KUTLANDI

DM x NetWork İlkbahar / Yaz 2018 koleksiyonunun kutlama partisine moda, sanat ve iş dünyasının yanı sıra cemiyet hayatından da önemli isimler katıldı. Davetliler arasında Ümit & Cem Boyner, Cem Aydın, Elif Boyner, Şule Zorlu Cümbüş, Sernur Çiftçi, Serra Türker, Sevan Bıçakçı, Yasemin Taciroğlu, Yasemin & Sinan Aloğlu, Celal & Şebnem Çapa, Murat Türkili, Hakan Yıldırım, Ayten Danışman, Nuran & Burcu Erçil, Selhan Aloğlu gibi isimler yer aldı.



Şebnem Keskin, Eren Camurdan, Derin Mermerci, Elif Cığızoğlu


İdil - Bora Atakol


Yasemin Taciroğlu


Ümit - Cem Boyner


Celal - Şebnem Çapa


Moshe Aelyon, İrem Yargıcı, Şule Zorlu Cümbüş


Selma Türkeş


Elif Boyner


Nuran - Burcu Erçil


Cem Aydın

DHL OPEN GOLF TURNUVASI 2. YILINDA KEMER COUNTRY CLUB'DA



Golf sporuna gönül verenler ikincisi gerçekleştirilen DHL Open Golf Turnuvası'nda bir araya geldi. İş ve cemiyet dünyasından çok sayıda ismin katıldığı Kemer Country Club'daki turnuvada 9 farklı kategoride 26 golfçü ödüllendirildi.



İlhan Mansız



Beyhan Benardete



Selim Gülmen



İdil Tarzi, Claus Lassen



Erdem Kıramer

OMEGA'NIN YENİLENEN TRESOR KOLEKSİYONU GÖRKEMLİ BİR DAVETLE TANITILDI

OMEGA'nın yenilenen Trésor koleksiyonunun tanıtımı iş, sanat ve cemiyet hayatının ünlü isimlerinin katılım gösterdiği görkemli bir davet ile gerçekleşti. Armaggan Bosporus Suites'de gerçekleşen davete Jülide – Mehmet Ali Berkman , Sibel Kerimoğlu, Şule Argüder , Zeynep German, Gilman Karadeniz , İpek Köse, Tülin Kartoz, , Filiz Bulutçu , Müge Sırmabıyık, Nesligül Aksoy, Nuray Fenercioğlu, Ayla Öztürk, Burcu Şendir, Ece Vahapoğlu, İlkem Öztürk, Sedef Baran, Şahnaz Çakıralp katılım gösterdi.


Nesligül Aksoy


İlkem Öztürk


Jülide - Mehmet Ali Berkman


Ece Vahapoğlu


Şahnaz Çakıralp


Müge Sırmabıyık

PENTİ ÜNLÜ İSİMLERLE #YAZBENİMLE DEDİ!

2018 Plaj Koleksiyon lansmanını Soho House Istanbul'da gerçekleştirdi. #YazBenimle temalı lansmana moda ve magazin hayatının gözde isimleri katılım gösterdi.


Işıl Reçber


Aslıhan Karalar

Arzu Kunt, Petek Ertüğre, Öznur Yakın lansmana katılım gösteren isimler arasındaydı. C Squared DJ'liğinde müzik dolu bir lansmana imza atan Penti, yaza merhaba dedi.

Işıl Reçber, Aslıhan Karalar, Aslı Kızmaz, Merve Sevi, Özge Peker, Müjde Uzman, Lal Denizli, Cansen Yeni Kut, Kübra Açil, Fatmagül Fakı, Ece Vahapoğlu,


Aslı Kızmaz



Merve Sevi



Özge Peker



Müjde Uzman





Cansen Yeni Kut



Kübra Açil



Fatmagül Fakı



Ece Vahapoğlu

SWEAT FEST 2018 TERSANE İSTANBUL'DA ŞEHRİ SPORLA BULUŞTURDU

Elif Boyner ve Melis Abacıoğlu Sezener tarafından geçen yıl hayata geçirilen SWEATers, spor ve eğlence dolu spor festivali SWEAT FEST ile spor tutkunlarına benzersiz bir festival yaşattı. "SWEAT FEST 2018" etkinliği, ilk gününde 4 bin 500 kişinin katılımıyla gerçekleşti.



Elif Boyner



Ece Vahapoğlu



Müge Boz, Efe Aşkın



Mert Fırat



Ayşe Boyner

'URUN'UN ÖZEL DAVETİNE ÜNLÜ İSİMLER KATILIM GÖSTERDİ

Tasarımcı Ece Kavran, markası 'URUN'un Sonbahar/Kış Koleksiyonu'nu düzenlediği özel bir davetle tanıttı. Ünlü isimlerin katılım gösterdiği davette koleksiyon büyük beğeni topladı. Koleksiyonu'nun tanıtımının yapıldığı davete Gül Gölge Saygı, Nefise Karatay, Ayşe Tolga, Hediye Güral Gür, Şah Yaycı gibi ünlü isimler katılım gösterdi.



Ece Kavran, Nefise Karatay, Gonca Karakaş



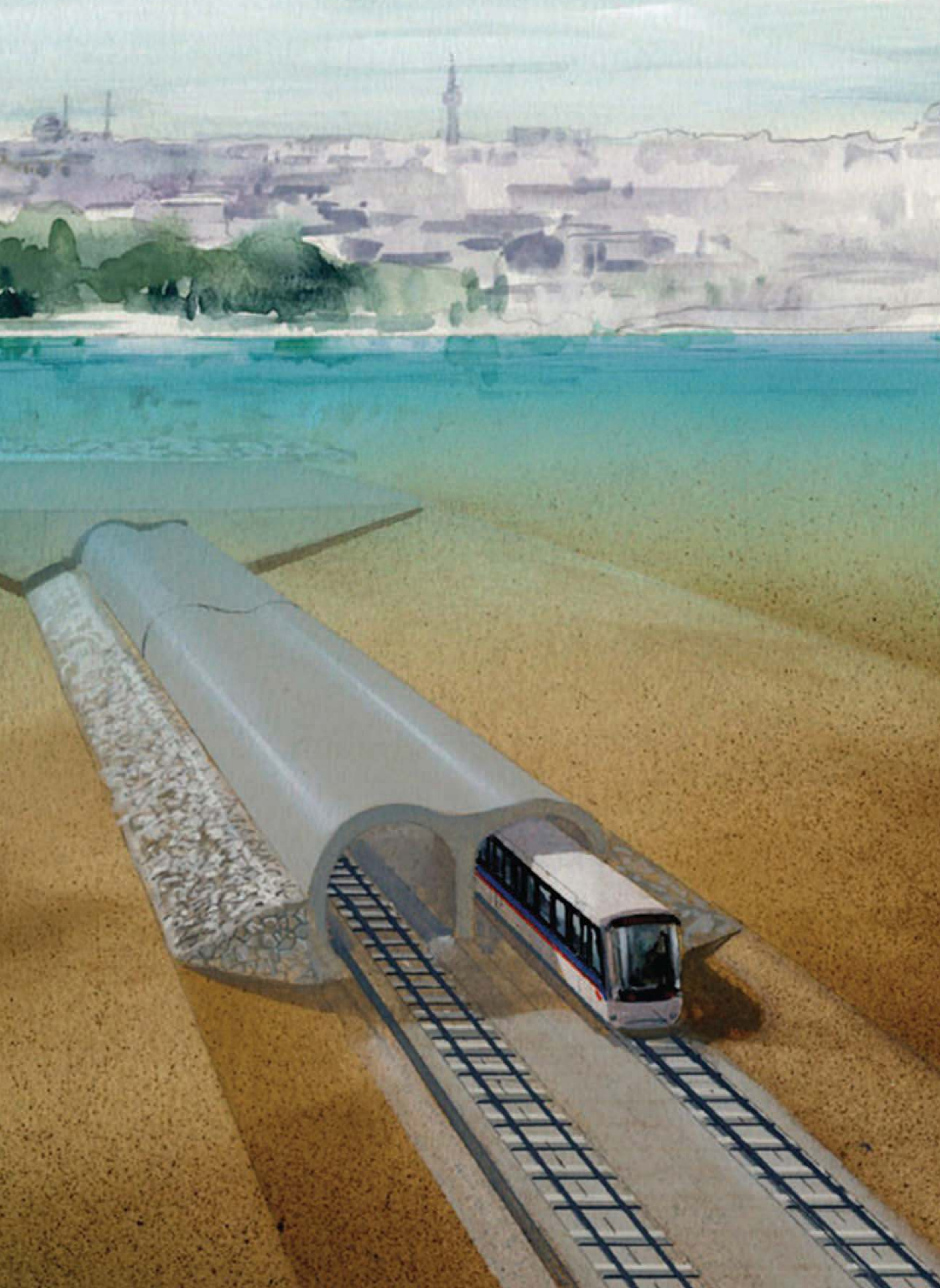
Gül Gölge Saygı



Ayşe Tolga



Hediye Güral Gür



KİTAP

BURAK AKSAK / KÜSURAT



LEYLA İLE MECNUN

BURAK AKSAK

Dünyada en iyi 50 dizi arasına giren, yayınlandığı dönemde izleyicisini ekrana kilitleyen Leyla ile Mecnun'un öyküsünü yeni hikayelerle devam ediyor. Mecnun'un hikayesini kitapta anlatmaya devam eden Aksak, Leyla ile Mecnun hikayesinin asıl finalini yapmak istediği şekilde bu kitapla okuyucuya aktarıyor.

TÜMAY ÖZOKUR / DESTEK YAYINLARI

Tümay Özokur

OYUNCU OLMAK İSTEYEN PARMAK KALDIRSIN

İyi bir oyuncu olmak için, önce iyi insan olmak gerekir.

Yirmi yıldır sinema ve dizi sektöründe oyuncu menajeri ve eğitmeni olarak hizmet veren Tümay Özokur'un, birikimlerinden derleyerek kaleme aldığı OYUNCU OLMAK İSTEYEN PARMAK KALDIRSIN, hem oyuncu adaylarına motivasyon ve bilgi kaynağı olarak rehberlik edecek hem de hayatının oyuncusu olarak kalmak isteyenlere mutlu ve başarılı olmanın kapılarını aralayacaktır.

MELİH ESEN CENGİZ / ALTIN KİTAPLAR

PAYLAŞILAMAYAN CİNAYET

MELİH ESEN CENGİZ

Marlene'in Yetimi, Kudüs'ün Güvercinleri adlı romalarıyla dikkat çeken Melih Esen Cengiz, bu kez kaleme aldığı beşinci romanı Paylaşılamayan Cinayet ile polisiye severlerle buluşuyor ve onları Osmanlı'dan günümüze uzanan bir maceraya davet ediyor.

EGE / A7 KİTAP

EGE

İsyan

"Bazen gittiğin biridir sevgili, bazen vardığın bir yer."

kitapyurdu.com

Haziran ayında çıkardığı 'İsyan' adlı romanıyla edebiyat dünyasından tam not alan Ege, kitabında küçük bir adada, masal tadında hayatı paylaşırken, farklı yolculuklara sürüklenen dört gencin dostluk dolu hikâyesini anlatıyor.

JOHN TRUBY / AGORA KİTAPLIĞI



SENARYO ANATOMİSİ

John Truby



John Truby'nin senaryo yazımıyla ilgilenen herkes için bir başvuru niteliğindeki bu çalışması, öncelikle sinemanın öykü anlatmayla başladığını vurguluyor ve olay örgüsü, karakterler, semboller ve diyaloglar üzerinden öykü anlatmanın tüm teknik ve teorik yönlerine odaklanıyor...

ROBERT M. HAZEN / REDINGOT

ROBERT M. HAZEN

DÜNYA'NIN ÖYKÜSÜ



YILDIZ TOZUNDAN CANLI GEZEGENE İLK 4,5 MİLYAR YIL

Bir astrobiyoloğun hayal gücü, bir tarihçinin bakış açısı ve bir doğa bilimcinin merakıyla yeryüzünü ayaklarımızın altına seren bir kitap.

İNCİ TÜRKOĞLU / EGE YAYINLARI

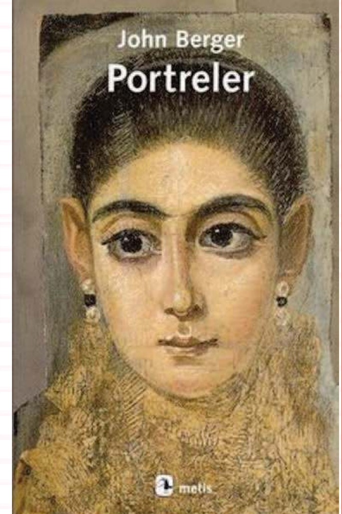
İNCİ TÜRKOĞLU

ESKİÇAĞ'DA KADIKÖY



Eskiçağ'da Kalkhedon'u tüm açılardan inceleyen bu kitap, yazıtları, antik kaynakları ve sikkeleriyle Kalkhedon'un uzak geçmişine biraz olsun ı şık tutabilmeyi amaçlamaktadır.

JOHN BERGER / METİS YAYINCILIK



Berger'ın hayat boyu sanat ve sanatçılar üzerine kaleme aldığı yazılarını iki ciltte topluyoruz: İlki Portreler. Mağara resimlerinden günümüze kronolojik bir sırayla sunulan kitap, yazarın kelimelerle çizdiği sanatçı portreleri. Aynı zamanda Berger'ın alternatif sanat tarihi olarak da okunabilir.

AJANDA

FATİH ERKOÇ



TARİH : 05 Haziran

SAAT : 20:00

YER : Zorlu PSM Studio

Türkiye'de caz müzik sanatçısı olarak akla ilk gelen isimlerden biri olan Fatih Erkoç, bu kez BÜMED için söylüyor.

GÜROL AĞIRBAŞ



TARİH : 08 Haziran

SAAT : 22:30

YER : Moda Kayıkhane

Gürol Ağırbaş Bas Şarkıları konseri ile 8 Haziran'da Moda Kayıkhane Sahne-si'nde... Konserde Gürol Ağırbaş'a , Hüsnü Arkan ve Birsen Tezer konuk olacak.

MİRKELAM



TARİH : 09 Haziran

SAAT : 21:00

YER : In Performance Hall Ataşehir

90'lara damgasını vuran başarılı sanatçı Mirkelam en güzel şarkılarıyla müzikseverlerle buluşuyor.

BİRSEN TEZİNGİLİZ ODA ORKESTRASI, GÜHER & SÜHER PEKİNELER



TARİH : 12 Haziran

SAAT : 20:00

YER : Lütfi Kırdar Anadolu Auditorium İstanbul

Dünyanın en çok kayıt yapmış oda orkestrası unvanını elinde tutan İngiliz Oda Orkestrası ile turnelerden albümlere uzanan pek çok başarılı işbirliği gerçekleştirmiş olan Güher & Süher Pekinel, bu ünlü toplulukla 46. İstanbul Müzik Festivali'nin kapanışında bir kez daha bir araya geliyor.

AYHAN SİCİMOĞLU



TARİH : 16 Haziran

SAAT : 22:30

YER : Moda Kayıkhane

Dans, müzik ve eğlence bir arada... Turcolatino akımının öncüsü olan Sicimoğlu, ülkemize latin müziğini sevdiren, aynı zamanda gezi ve kültür programlarıyla da hayatın farklı renklerini öne çıkarıyor.

SERTAB ERENER & EMRE KULA



TARİH : 22 Haziran

SAAT : 21:15

YER : Enka Eşref Denizhan Açıkhava Tiyatrosu İstanbul

Türkiye'nin en başarılı kadın sanatçılarından Sertab Erener ile yetenekli gitarist, söz yazarı ve besteci Emre Kula hayranlarıyla buluşma-ya hazırlanıyor.

MASSİVE ATTACK



TARİH : 25 Haziran

SAAT : 20:00

YER : Zorlu PSM - Turkcell Sahnesi İstanbul

Sadece kendi jenerasyonun değil, müzik tarihinin en etkili oluşumlarından biri olan, trip-hop denilince akla gelen ilk isim Massive Attack Mercedes - Benz ana sponsor-luğuyla 25 Haziran'da Zorlu PSM'de!

ERKAN OĞUR QUARTET /SHAHİN NOVRASLİ TRİO



TARİH : 30 Haziran

SAAT : 19:00

YER : Zorlu Sakıp Sabancı Müzesi Fıstıklı Teras

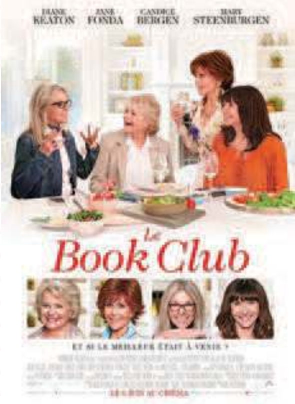
Bugüne kadar dünyanın önemli caz sahnelerinde yer alan piyanist ve besteci Shahin Novrasli, Sakıp Sabancı Müzesi'ndeki bu enfes gecenin ilk konuğu olarak huzurlarınıza çıkıyor. Shahin Novrasli'den sonra festival sahnesini Erkan Oğur onurlandırıyor.

KONSER

NDA

FİLM

KİTAP KULÜBÜ



Vizyon Tarihi: 01 Haziran

Yönetmen: Bill Holderman

Oyuncular: Diane Keaton, Jane Fonda, Andy Garcia

Hayatları yolunda gitmeyen bu dört kadın birlikte bir kitap kulübü kurar. Belirledikleri kitapları okumaya başlayan Diane, Vivian, Sharon ve Carol'un hayatı Grinin Elli Tonu'nu okumalarıyla bambaşka bir hal alır. Kitaptan ilham alan kadınlar kendilerini yeniden keşfetmey-e,unuttukları duyguları yeniden tatmaya başlar. Onlar artık hayatlarının ikinci baharındadır.

JURASSİC WORLD: YIKILMIŞ KRALLIK



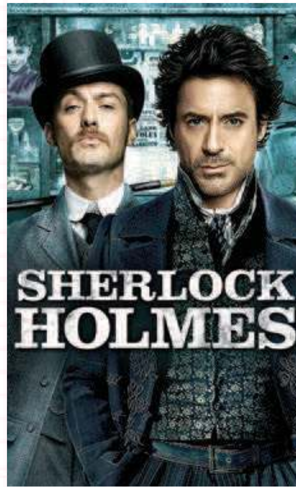
Vizyon Tarihi: 08 Haziran

Yönetmen: Juan Antonio Bayona

Oyuncular: Chris Pratt, Bryce Dallas Howard, Jeff Goldblum

İlk film "Jurassic World"ün birkaç yıl sonrasında geçen devam filmi, artık parkı istila etmiş olan dinozorları tehdit eden Isla Nublar adasındaki yanardağı konu alıyor.

SHERLOCK HOLMES 3



Vizyon Tarihi: 15 Haziran

Yönetmen: Guy Ritchie

Oyuncular: Robert Downey Jr, Jude Law

Arthur Conan Doyle'un ünlü karakteri Sherlock Holmes, Guy Ritchie yönetmenliğinde üçüncü kez seyirci karşısına çıkmaya hazırlanıyor. Kieran Fitzgerald'ın senaryosunu yazdığı filmde Rachel McAdams, Jude Law ve Robert Downey Jr yine kadroda yer alan isimler olacak.

OCEAN'S 8



Vizyon Tarihi: 15 Haziran

Yönetmen: Gary Ross

Oyuncular: Sandra Bullock, Cate Blanchett, Anne Hathaway, Rihanna

Bir grup kadın suçlunun MET Ball galasını soyma planlarını aktaracak filmde Helena Bonham Carter, Anne Hatha-way, Sandra Bullock, Cate Blanchett, Mindy Kaling, Rihanna ve Awkwafina gibi ismler yer alıyor.

YABANİ



Vizyon Tarihi: 15 Haziran

Yönetmen: Fritz Bohm

Oyuncular: Liv Tyler, Brad Dourif, Bel Powley

Film, genç bir kızın büyüme hikayesi ile kurt adam efsanesini birleştiriyor ve ortaya korkutucu bir deneme çıkartıyor.

ONCE UPON A TIME IN VENICE



Vizyon Tarihi: 22 Haziran

Yönetmen: Mark Cullen

Oyuncular: Bruce Willis, Jason Momoa, Famke Janssen

Los Angeles'lı bir dedektif, köpeğini çalan acımasız çetenin peşine düşer. Başrolünde ünlü aktörler Jason Momoa ve Bruce Willis'in yanı sıra Famke Janssen, John Goodman, Elisabeth Röhm, Ana Flavia Gavlak,Kal Penn paylaşıyor.

CANAVAR



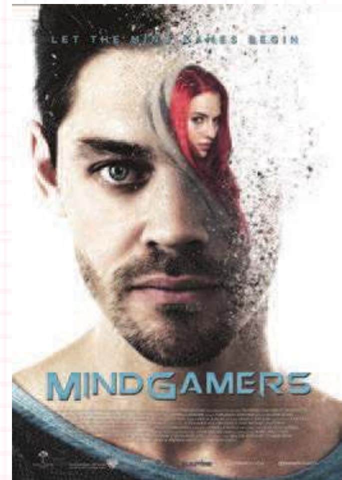
Vizyon Tarihi: 22 Haziran

Yönetmen: Michael Pearce

Oyuncular: Jessie Buckley, Johnny Flynn, Geraldine James

7 yaşında genç bir kadın olan Moll, hâlâ ailesi ile birlikte küçük bir adada yaşıyor olmaktan çok sıkılmıştır. Ailesinin baskıcı tavırlarından artık iyice usanan Moll, onlardan kurtulmanın hayalini kurar.

AKLIN GÖZÜ



Vizyon Tarihi: 29 Haziran

Yönetmen: Andrew Goth

Oyuncular: Joanne Reay, Walter Köhler, Tom Payne, Sam Neill

Bir grup genç bilim adamı tüm zamanların en büyük buluşunu yaparlar, kablosuz bir bilinç ağı. Bir kuantum bilgisayarı ile, hepimizin zihinlerini bağlayabilecek bir ağ kurarlar.

AJANDA


Hatice Özdemir, Özgül Holding sponsorluğunda gerçekleşen 2014 TÜREB Resim ve Fotoğraf Yarışması Birincisi
ÖZGÜL
HOLDING
www.ozgulholding.com

Hases Çekmeköy

Tel: 0216 421 10 10



Mercedes-Benz
The best or nothing.